Per informazioni e consigli dalla redazione:
cucina@quadratum.it / tel. 02706421

S.DI MOLFETTA/R.ORLANDI

IN CUCINA QUESTO MESE Nella foto grande, lo stylist Sergio Colantuoni con Sergio Barzetti. Sopra, in senso orario, Adriano Brusaferri, lo chef Fabio Barbaglini, ancora Sergio Barzetti e la sua meringata, Sara Di Molfetta con Francesca Moscheni, Walter Pedrazzi.

Guide e menu

Attualità

Nella nostra cucina

91

56

Arredamento e design

Approfondimenti

Rubriche

N. 8 - Agosto 2011
Rivista mensile - Anno 82°
DIREZIONE E REDAZIONE
Editrice Quadratum S.p.A.
P.zza Aspromonte 13
20131 Milano - tel. 02706421
IN COPERTINA
Foto di Ludovica Sagramoso
Sacchetti (ricetta a pag. 43)

Piatto e cucchiaio Variopinte, tovagliolo Society by Limonta. Indirizzi nell'ultima pagina.

94

107

55

111

32

80

66

www.mortadellabologna.com

CONSORZIO MORTADELLA BOLOGNA

Questi sono solo alcuni dei produttori di Mortadella Bologna IGP.

LA CUCINA ITALIANA

Direttore responsabile
Paolo Cavaglione

Vicedirettore
Paolo Paci ppaci@quadratum.it

Redazione
Emma Costa *(caposervizio)* ecosta@quadratum.it
Maria Vittoria Dalla Cia vdallacia@quadratum.it
Laura Forti lforti@quadratum.it
Angela Odone aodone@quadratum.it
Cristina Poretti cporetti@quadratum.it

Ufficio grafico
Rita Orlandi *(responsabile)* rorlandi@quadratum.it
Sara Di Molfetta sdimolfetta@quadratum.it

Cucina sperimentale
Joëlle Néderlants jnederlants@quadratum.it
Chef: Fabio Barbaglini - Sergio Barzetti
Davide Novati - Davide Oldani - Walter Pedrazzi
Alessandro Procopio - Raffaele Rignanese
Consulenza gastronomica: Walter Pedrazzi

Segreteria di redazione
cucina@quadratum.it
Claudia Bertolotti cbertolotti@quadratum.it
Carmela Gabriele cgabriele@quadratum.it
Elena Villa *(photo editor)* evilla@quadratum.it

Progetto grafico
Rita Orlandi e Sara Di Molfetta

Styling
Beatrice Prada

Unità Organizzativa Redazionale di Editrice Quadratum
Cristina Berbenni, Patrizia Cazzola, Beppe Ceccato,
Cristina Chiodi, Francesco Sangalli, Elisabetta Turillazzi

Hanno collaborato
Yoel Abarbanel, Luigi Caricato, Sergio Colantuoni,
Cristina Dal Ben, Giorgio Donegani, Luca Malavasi,
Stanislao Porzio, Alessandra Salaris, Carlo Spinelli, Nicola Strelli,
Stefano Tettamanti, Cristina Turati, Giuseppe Vaccarini,
Cora Vohwinkel, Michele Weiss

Per le foto
Advertising Archives, Adriano Brusaferri, Cuboimages,
Sonia Fedrizzi, Getty Images, Martin Godwin,
Matteo Imbriani, Istockphoto, Riccardo Lettieri,
Francesca Moscheni, Paolo Picciotto, Beatrice Prada,
Ludovica Sagramoso Sacchetti, Marco Santini, Tipsimages

Direzione editoriale
Paolo Cavaglione

Consulenza editoriale
Paola Ricas

Product manager
Giovanna Resta Pallavicino

A tavola fiorisce la nuova eleganza.

LOWE PIRELLA FRONZONI

Foxy GranTavola Trapuntati:
gli eleganti tovaglioli di carta, morbidi come la stoffa,
da oggi anche nella versione rossa e verde.

GranTavola Trapuntati sono i tovaglioli di carta di qualità superiore, così morbidi e consistenti al tatto che sembrano fatti di stoffa. Da oggi li trovi in tre differenti colori, una trama raffinata e curata nei dettagli, per donare un tocco d'eleganza alla tavola apparecchiata. Con GranTavola Trapuntati non scegli un semplice tovagliolo, ma un signor tovagliolo.

FOXY. PICCOLI COLPI DI GENIO.

72 ricette e le istruzioni per l'uso

L'indice dello chef

Ogni piatto è realizzato dai nostri chef nella cucina in redazione, senza alcun artificio, come se fosse fatto a casa. E dopo lo scatto fotografico viene sempre assaggiato dal direttore, dallo chef e dai redattori

»

I consigli del **sommelier**

GLI ABBINAMENTI VINI/ACQUE/RICETTE sono di Giuseppe Vaccarini. Già nel 1978 Miglior Sommelier del Mondo, è presidente dell'Associazione della Sommellerie Professionale Italiana, dopo essere stato il presidente dell'Association de la Sommellerie Internationale.

RIGUARDO AGLI ABBINAMENTI ACQUE MINERALI/RICETTE, ricordiamo che quelle minimamente mineralizzate, di gusto leggero, hanno residuo fisso (sali totali presenti) fino a 50 mg per litro; le oligominerali, di gusto delicato, da 51 a 500 mg per litro; le mineralizzate, di gusto pieno, da 501 a 1500 mg per litro.

Con le nostre ricette

7menu per agosto

Stupirsi quando il cocco sposa i calamari, deliziarsi con un bocconcino al caviale. Ritrovare l'intimità di casa in una minestra. E gioire per i sapori schietti del mare e le delicatezze di montagna

Qualcosa di molto speciale

Paccheri con calamari, gamberi e cocco fresco_*pag. 48*
+
Scottata di storione con caviale_*pag. 94*
+
Tris di pesche e rosmarino_*pag. 70*

Eccoci a casa

Minestra fredda di patate e maltagliati_*pag. 51*
+
Arrosto di lonza in crosta aromatica_*pag. 66*
+
Gelatina di fichi, yogurt greco e noci_*pag. 68*

Per chi non ama carne e pesce

Pasticcio di piattoni verdi_*pag. 36*
+
Frittata di spaghetti e zucchine_*pag. 65*
+
Sfoglie ai fichi con crema inglese alla menta_*pag. 71*

Bambini, è pronto!

Fusilli e zucchine con pane all'acciuga_*pag. 48*
+
Mini hamburger su peperoni_*pag. 65*
+
Sbrisolona con gelati ai frutti di bosco_*pag. 43*

Squisita semplicità di mare

Umido di vongole con spaghettini e pomodorini_*pag. 51*
+
Tranci di ricciola arrostiti_*pag. 52*
+
Semifreddo al sesamo con salsa di ribes_*pag. 68*

Echi alpini da gourmet

Orzotto con formaggio di capra e fiori di zucca_*pag. 105*
+
Filetti di salmerino con salsa al Lugana_*pag. 27*
+
Meringata ai lamponi_*pag. 68*

Per festeggiare Ferragosto

Torta di melanzane_*pag. 58*
+
Insalata di coniglio_*pag. 47*
+
"Crostini" di patate e peperoni_*pag. 58*
+
Dolce soffice ai piccoli frutti_*pag. 71*

Appuntamenti

31 LUGLIO-15 AGOSTO

Festa intorno al vino

Rievocazioni in costume di personaggi medievali, Palio delle Botti, Gara di Pigiatura: è un tuffo indietro nel tempo, un po' al... "profumo di mosto selvatico", la 53esima "Fiera del vino di Montefiascone" (Vt). Un appuntamento di grande suggestione... enostorica.

www.fieradelvinomontefiascone.it

2-4 AGOSTO

Una "prima" dedicata ai libri di gusto

Nel piccolo comune di Valpelline (Ao) si svolge la prima edizione di "Leggere con Gusto": colloqui con autori di libri di enogastronomia, inseriti in una cornice di eventi, visite di luoghi e cene a tema, ricette e orti di erbe aromatiche.

eblessent@gmail.com

28 AGOSTO

Mangialonga 2011

Cinque tappe per altrettanti momenti di degustazione: è questa la scaletta della marcia organizzata dalla Compagnia dei Vignaioli di La Morra (Cn): la passeggiata si propone di assaggiare i vini del territorio proprio dove nascono, tra le vigne, accompagnati con i piatti tipici regionali.

www.mangialonga.it

19/27 agosto

Una dolcissima settimana

È sempre più di moda abbinare in cucina sapori dolci e salati: si può vedere come durante la settimana che Cervia (Ra) dedica al miele, alla smielatura e al mondo delle api. Gourmet e apicoltori presentano una vastissima gamma di mieli, conducendo il pubblico in degustazioni guidate. Non mancano mercatini di prodotti tipici e cene a tema. *www.turismo.comunecervia.it*

27/28 agosto

A peso di cioccolato

Volete vincere tanto cioccolato quanto pesate? Al "CHOCOLAThuile 2011" (La Thuile, Ao), oltre a partecipare alle tante iniziative e degustazioni previste, potrete concorrere all'estrazione del premio, con un acquisto negli stand, negozi o ristoranti coinvolti nella manifestazione.

www.chocolathuile.com

La regina dell'Alta Langa

19/28 agosto

Il mese della nocciola

A Cortemilia (Cn), capitale della Nocciola Piemonte Igp, i festeggiamenti dedicati a questa perla del gusto cominciano il 19 agosto, con la 57esima Sagra della Nocciola (19-26 agosto). Tanti gli appuntamenti, tra arte, gusto e divertimento: è interessante, per esempio, la "Passeggiata Enogastronomica", il 20, nelle due contrade della medievale Cortemilia, tra stand e piatti dedicati alla nocciola. La Sagra si fonde, poi, con la Fiera "Profumi di Nocciola" (27-28 agosto), che prevede altre golose iniziative: una visione globale è offerta dalla "Confraternita della Nocciola" di Cortemilia, che organizza il "Giro del mondo in nocciola", degustando e mettendo a confronto diverse varietà del mondo, per capire l'alta qualità di quella piemontese. *www.comunecortemilia.it*

di Laura Forti

Delizie dolci e salate sul web

La gelatina di pompelmo rosa, mele e scorzette è ottima con una ricottina fresca, mentre le pere Abate in agrodolce alla cannella possono essere un insolito dessert o un accompagnamento a un formaggio saporito. Entrambe, come tante altre conserve dolci e salate, sono fatte a mano da Valeria Prandoni, per il suo nuovo negozio on line "SaporMundi": sono a km 0, senza coloranti e conservanti, certificate dal marchio VeganOK.

www.sapormundi.it

Un bistrot in terrazza

Panorami capresi

Una pizza napoletana, un'insalatina fresca, un pesce appena pescato alla griglia: alta cucina? Altissima, se a preparare questi semplici piatti è uno chef di fama e la cornice è una terrazza panoramica sul mare di Capri. Lo chef in questione si chiama Andrea Migliaccio ed è responsabile della gastronomia del "Capri Palace Hotel & Spa", una delle eccellenze dell'ospitalità italiana. E allo stesso albergo appartiene la terrazza, attentamente ristrutturata dal designer Marco De Luca per accogliere il nuovo "Bistrot Ragù", ristorante che dichiara fin dal nome il suo spirito informale e casalingo. Ma qui semplicità, raffinatezza e bellezza vanno a braccetto: le proposte del bistrot vengono dalla tradizione locale, dagli spaghetti alla ciamurra ai ravioli capresi. E una sosta in terrazza si rivela una romantica alternativa a "L'Olivo", il ristorante da gourmet dell'albergo.

***Bistrot Ragù**, Capri Palace Hotel & Spa, via Capodimonte 2b, Anacapri (Na), www.capripalace.com*

Etichette in Costa Smeralda

A Porto Cervo è stagione di vini. Tre le inaugurazioni dell'estate: in Promenade du Port ci sono la "Terrazza Ramazzotti" e la champagnerie "Madai" di Elio Sironi (vedi anche a pag. 120).

La terza è la temporary boutique di "La Collina dei Ciliegi", azienda vitivinicola veronese che sarà presente fino al 15 settembre con i migliori vini della casa, Amarone, Recioto, Valpolicella Ripasso, ma anche il nuovo spumante Zamuner.

Gioielleria del Vino, www.lacollinadeiciliegi.it

Mucche felici, carne migliore

"Eat's", food store a Conegliano (Tv), che propone i marchi della grande distribuzione accanto a un eco-market di prodotti freschi, inaugura la sua "stalla a 5 stelle", dove allevare in proprio i bovini, scelti tra le razze più pregiate. "Alloggi" più larghi, rispetto dei tempi biologici, foraggi di prima scelta garantiscono serenità agli animali e controllo totale della filiera, oltre che prezzi competitivi. La carne "felice" sarà riconoscibile dal marchio Eat's.

Eat's, www.eatstore.it

ISTOCKPHOTO

Mamma,
sei un angelo.
PANEANGELI
Chi fa dolci il ciel l'aiuta.
Tortagel Paneangeli.
E la crostata risplende!
Sorprendi grandi e piccini con una fresca e appetitosa
crostata di fragole, resa ancora più brillante e golosa
dal tocco delle tue mani e da una spennellata di freschezza.
PANEANGELI
Tortagel
3 buste

di Michele Weiss

Piatti monouso

Belli da (non) buttare

Vanno di moda i wedding picnic, matrimoni con raffinato déjeuner sur l'herbe. Anche i sofisticati finger food si sono convertiti alle ciotoline usa e getta. E per le cene fra amici piace apparecchiare con i piatti monouso. Come sceglierli? Il pregio dei normali piatti di plastica è il costo ridotto... ma qui ci fermiamo: spesso sono troppo leggeri, si piegano sotto il peso del cibo e sono raramente piacevoli per forma e colore. Gli "Smart" di JMG presentano una grande solidità, anche grazie alla struttura quadrata, e sfoggiano tinte forti con effetto smaltato: verde germoglio, blu pavone, giallo zafferano, rosso scarlatto, rosa caramella. Costano di più, ma dopo un uso "moderato" possono essere lavati e riutilizzati. La stessa azienda produce anche piatti monouso in materiali biodegradabili: si riconoscono dalle più neutre tonalità bianche o avorio.

JMG, da € 2,70 la conf. da 8, www.jmgeurope.com

Tutti insieme separatamente

È un classico: si infilano uno dentro l'altro (anche per esigenze di spazio), poi non si riesce più a dividerli. Non dovrebbe più succedere con i bicchieri "Tonic Glass": sono più stretti al fondo, dove assumono una morbida linea curva. Incastrarli è difficile. Fra le loro qualità – design, colore e leggerezza – Italesse, che li produce, cita infatti anche quella di "impilabili".

Italesse, € 36 il set di 6, www.italesse.it

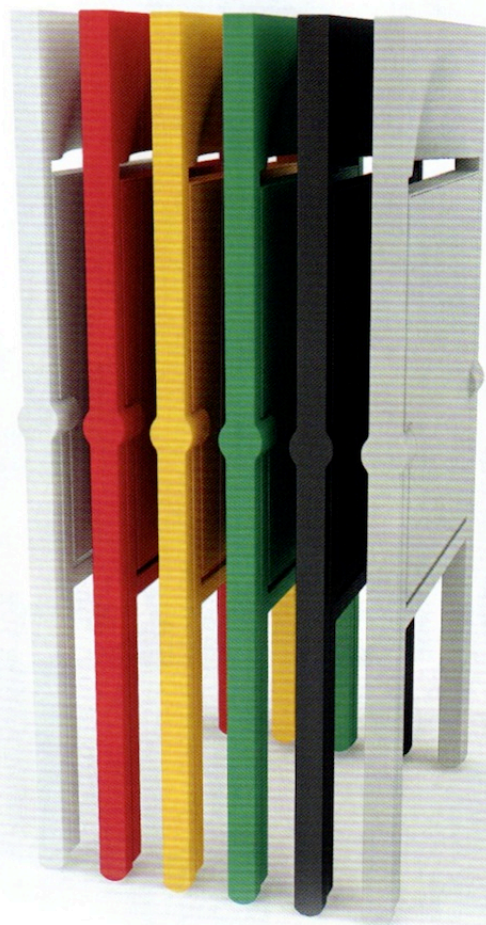
Tre ghiaccioli in 7 minuti

C'è un nuovo apparecchio che rivoluziona il modo di preparare i ghiaccioli, si chiama "Quick Pop": li forma in soli 7-9 minuti con succhi, sciroppi e anche pezzi di frutta. L'apparecchio, in versione da 2 o 3 scomparti, va semplicemente messo in congelatore per 24 ore. Poi si inseriscono gli stecchi in dotazione e si versa lentamente il succo. Dopo tre serie di ghiaccioli, prima di usarlo per la quarta volta, "Quick Pop" va rimesso in congelatore. C.P.

Zoku, da 3 € 59, www.zokuhome.com

Calamita salvafilo

I coltelli sono in unico pezzo di acciaio cromato nerissimo. Il supporto da muro è magnetico e bianchissimo. Insieme creano un gioco grafico così piacevole che il tris "Pure Black" di Stelton ha meritato il Red Dot Design Award 2011. Le lame sono state create per affettare bene il pane (quello dentato) e tagliare con virtuosismi da chef carni (quello grande) e verdure (quello piccolo). L'idea della calamita rende pronto il loro utilizzo e salva le preziose affilature che spesso nei cassetti si rovinano.

Stelton, € 89,95, www.stelton.com

Sedie pieghevoli: il banco di prova del design

Leggere, colorate, da mettere in riga

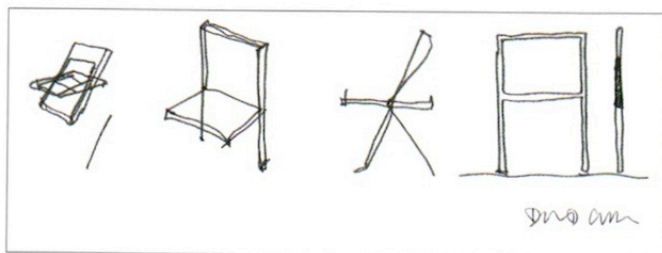
La sedia pieghevole: una vera sfida, a volte un incubo, per i tanti designer che si sono applicati, fin dagli anni Sessanta, alla ricerca di soluzioni salva-spazio, non sempre con risultati eccellenti. Questa "Piana", disegnata da David Chipperfield, potrebbe però rappresentare la soluzione definitiva.

Questioni di spazio Raramente le sedie pieghevoli sono perfettamente accostabili: spesso mettendole l'una accanto all'altra ci si accorge che gambe, seduta e schienale non si allineano. Riposte in sequenza creano file instabili a causa di protuberanze che rubano spazio. Schienale, seduta e gambe di "Piana", che ruotano sullo stesso asse grazie a meccanismi nascosti, si allineano invece in modo preciso e le sedie, una accanto all'altra, occupano ciascuna un ingombro di soli 7 centimetri per l'intera altezza (90 cm).

Stabilità e comodità di seduta Non tutte le sedie pieghevoli, poi, trasmettono un rassicurante senso di solidità. "Piana", fatta al 100% in Italia, ha una struttura in polipropilene e fibra di vetro solida e stabile, pur essendo molto leggera (appena 4,8 kg). Non su tutte le sedie pieghevoli, infine, si riesce a stare comodamente seduti a lungo perché si tende a scivolare in avanti. "Piana", oltre ad avere seduta e schienale ampi e accoglienti, è anche rifinita con superficie opaca antisdrucciolo. Prodotta in 6 colori da Lamm per Alessi, è stata progettata per chi ha casa con giardino o terrazzo. Ma non sfigura in cucina o in una sala da pranzo giovane e informale.

Alessi Chair by Lamm, € 150, www.alessi.it

David Chipperfield

M.GODWIN

L'architetto e designer inglese David Chipperfield (1953) è uno dei nomi più in vista sulla scena internazionale. Ha fondato il suo studio a Londra nel 1984, con sedi a Milano, Berlino e Shanghai. Per Alessi ha anche disegnato il set da cucina Tonale.

MONARI FEDERZONI.
DAL 1912.

100 anni, 4 generazioni, una grande passione:
l'Aceto Balsamico di Modena IGP.

Non sai cosa cucinare stasera?
Inquadra con il tuo smartphone per scoprire
deliziose ricette a base di Aceto Balsamico di Modena IGP.
Visita il sito www.monarifederzoni.com

a cura di Emma Costa

Tonno con burghul

Cucinato a suon di musica

"Altro che stirare o fare i lavori domestici in solitudine. Quelli sì che sono la croce dei single! Ma cucinare mi piace. E quando sto ai fornelli ascolto sempre musica: rock o classica, è l'immancabile sottofondo per i miei piatti", dice Sergio Zaffaroni, socio titolare di un laboratorio fotografico a Milano. "Compro ogni giorno quello che mi serve ed è proprio tra le bancarelle che decido cosa cucinerò: ascolto la gente al mercato, mi faccio spiegare le loro ricette. Quante ne ho imparate così! Mio figlio e i miei amici vengono spesso a cena da me. Il *tonno con burghul alle verdure*, un piatto unico, è un mio classico estivo: so che lo apprezzeranno".

S. RLETTIERI

TONNO CON BURGHUL ALLE VERDURE

FACILE

Tempo: circa 35'

Ingredienti per 4:

• tonno fresco g 500 • burghul g 200 • zucchina g 200 • peperone rosso g 100 • peperone giallo g 100 • carota g 100 • vino bianco secco g 100 • 2 spicchi di aglio • 1 cipolla • brodo vegetale • basilico • peperoncino • olio extravergine • sale

■ Tagliate a striscioline il peperone, la carota e la zucchina e tritate la cipolla. Scaldate in padella un cucchiaio di olio, unite cipolla, peperone e carota, cuocete a fuoco medio per 3' mescolando spesso, aggiungete la zucchina, un pizzico di peperoncino, proseguite la cottura per altri 10', poi spegnete e salate.

■ Versate il burghul in un litro di brodo vegetale bollente e lasciatelo cuocere per 10'.

■ Liberate il tonno della pelle, tagliatelo a dadi e rosolatelo in padella per 2' in un cucchiaio di olio scaldato con l'aglio. Bagnate con il vino bianco, lasciate sfumare, spegnete e tenete in caldo.

■ Scolate il burghul, mescolatelo alle verdure, profumatelo con abbondante basilico spezzettato e conditelo con un filo di olio. Servitelo con il tonno, bagnato dal suo fondo di cottura, e completate a piacere con basilico a filetti. Un ottimo piatto unico bilanciato: basta un frutto e il pasto è completo.

10 idee sotto l'ombrellone

Girar braciole con la mazza da golf

Sotterrare le scarpe per farle germogliare, affrancare una cartolina con il gorgonzola, mangiarsi il bicchiere (dopo aver bevuto). In estate, a causa del solleone, si moltiplicano le follie gastronomiche. Ma anche idee più serie, che rendono la vita facile e divertente di Emma Costa

Il caldo vi stordisce, una sonnolenta pigrizia da vacanza vi ha agguantato e avete voglia di fare poco o niente? Reagite: allacciatevi le scarpe, andate a comprarvi un gelato, preparatevi un tè freddo, progettate una grigliata o scrivete una cartolina da spedire agli amici. Vi sembrano le solite banalissime attività estive? Non proprio. Per ricredervi leggete qui.

1 Scarpe che germogliano Sperate di non trovarvi all'improvviso le caviglie avviluppate da pianticelle di cetrioli o fagiolini. Perché l'ultima invenzione della green fashion sono le sneaker di Oat (www.oatshoes.com), biodegradabili al 100%. Basta interrarle dopo averle consumate: non solo si disintegrano nel terreno, ma germogliano grazie alla linguetta piena di semi, nativi dei paesi in cui sono vendute le scarpe.

2 A spasso con un pinguino Lo storico gelato da passeggio di crema ricoperta di cioccolato, montato su stecco di legno, fu inventato (e brevettato) nel 1939 dalla gelateria torinese Pepino (www.gelatipepino.it). Per essere alla moda quest'estate dovete tornare a gustare gelati rétro: lo dice l'Istituto del gelato, che registra una grande voglia di revival (www.istitutodelgelato.it). Altri ottimi ricoperti sono oggi prodotti da molte gelaterie artigianali in tutta Italia. E se alle creme preferite i ghiaccioli, il vostro stecchetto potete ricoprirlo anche in casa dei gusti preferiti, utilizzando il nuovissimo apparecchio "Quick Pop" (vedi a pag. 18).

3 Sedersi su una foglia di basilico Plinio diceva che questa pianta aromatica espelle dal cuore i vapori malinconici. I messicani sono convinti che attragga il denaro. Mal che vada, eviterà che nei paraggi cadano fulmini (così credono gli induisti). Per ottenere questi vantaggi, coltivate sul balcone una pianta di *Ocimum basilicum.* Meglio ancora, potete accomodarvi sulla sedia Basil (www.calligaris.it), che riproduce la foglia di basilico.

4 Bicchiere per bere e mangiare A New York un gruppo di designer al femminile ha progettato una serie di bicchieri in gelatina di agar agar alla menta, alla mora o alle olive, da mangiare dopo averli utilizzati per bibite e cocktail. Una follia? Non per chi frequenta il sito Kickstarter (www.kickstarter.com), piattaforma di *crowdfunding*, finanziamento "dal basso" di progetti im-

Da sinistra.
Le scarpe Oat: dopo averle consumate si sotterrano, hanno la linguetta piena di semi che germoglieranno. L'agenda Quo Vadis "La mia cucina" per foodies. La borsetta Clutch Macaron dedicata da Kenzo al delizioso dolcetto francese. La T-shirt di Altriluoghi profumata allo zafferano.

prenditoriali. Una formula che oggi esiste pure in Italia. E mentre siete sotto l'ombrellone, pensate anche voi a un'idea "geniale", mettetela su www.eppela.com, la nuovissima piattaforma di *crowdfunding* italiana: se la trovata funziona, la realizzerete.

5 Francobolli al gorgonzola Siete di quelli che ancora scrivono cartoline ad amici e parenti? Affrancatele con uno dei quattro francobolli da 60 centesimi dedicati ai nostri formaggi più tipici: Gorgonzola dop, Mozzarella di bufala campana dop, Ragusano dop, Parmigiano-Reggiano dop. E se siete foodies attenti e precisi segnate sulla nuova agendina Quo Vadis "La mia cucina" le vostre esperienze di gusto negli spazi dedicati a ricette, indirizzi golosi e idee per la tavola (it.quovadis.eu).

6 Il minestrone reale Potete immaginare la ricetta prendendo spunto dall'orto di Palazzo Madama (www.palazzomadamatorino.it), in piazza Castello a Torino. Ricostruito seguendo l'originale schema quattrocentesco, ha verdure ed erbe presenti nei giardini medievali di Italia e Francia.

7 Cucinare con mazze da golf Organizzate un picnic molto snob con un barbecue a energia solare e girate spiedini e braciole con attrezzi da braciere dedicati al golf e chiusi in una tradizionale sacca da spalla per campo con buche. Scoprite come su: www.desainer.it

8 Macaron sottobraccio È dedicata al dolcetto francese la borsettina da sera Clutch Macaron creata da Kenzo. Da portare di giorno c'è invece la Kelly Picnic di Hermès, in midollino come i cesti da scampagnata. E se non siete fashion victims, optate per una T-shirt di Altriluoghi (www.altriluoghi.com) in cotone bio profumato, utilizzando vere spezie, zafferano, vaniglia o cardamomo. Vi farete notare, o comunque... usmare.

9 Spegnere la sete con la seta Il segreto per fare il migliore dei tè freddi? Usare acqua fredda. Basta immergere i filtri Thé Glacé di Dammann Frères (www.dammann.fr), in seta, e tenerli per una notte in frigo. Il tè sarà ottimo: se fatto con l'acqua calda e lasciato raffreddare invece si ossida.

10 Aiuto, siamo in 12 e non ci prende nessun ristorante! Siete tanti e non avete ancora prenotato? Niente paura: sul sito www.prenotable.it potete rimediare all'ultimo momento: scegliete zona, prezzo e tipo di cucina, inserite il numero dei commensali e con un po' di fortuna troverete posto per tutti.

Lo chef **Stefano Pace**

Benessere a tavola, ma con allegria

Leggerezza, non tristezza: attraverso queste lenti (vere e metaforiche), il nuovo chef de L'Orangerie, al Grand Hotel Terme di Sirmione, propone i suoi piatti. Preparati con un occhio alla dieta e... gli altri tre ai piaceri del palato **a cura di Laura Forti, foto Riccardo Lettieri**

La natura, nei pressi del lago di Garda, è generosa e offre una moltitudine di profumi e di bontà: questo è il punto di partenza su cui poggia la "mission" di Stefano Pace, convinto interprete del desiderio di profondo rinnovamento che anima il ristorante del Grand Hotel Terme. E la mission è quella di scardinare la convinzione che la cucina di un hotel, soprattutto di un hotel termale, sia un po' scolorita, dimentica del piacere che un buon piatto può regalare al corpo e allo spirito. "Una buona cena può riconciliarti con il mondo e darti un benessere globale di altissimo valore", sostiene Stefano. Pesci di lago, limoni e olio del Garda, con molta semplicità, poca manipolazione, la giusta fantasia e un pizzico di internazionalità sono gli elementi della nuova cucina del benessere proposta da Pace: perché un piatto ben fatto, bello da vedere e buono da mangiare è una delle migliori cure antistress che esista.

Ristorante **L'Orangerie**

La grande sala da pranzo è affacciata sul lago e, con la bella stagione, si può pranzare in veranda, davanti al pontile, con vista sulla Rocca Scaligera. Lo chef propone un menu del giorno e alcuni menu a tema, oltre ai piatti da scegliere alla carta.

Grand Hotel Terme, viale Marconi 7, Sirmione (Bs), tel. 030916261.

FILETTI DI SALMERINO CON SALSA AL LUGANA E PATATE AL LIMONE

MEDIA ●●

Tempo: circa 1 ora e 15'

Ingredienti per 4: *• 4 filetti di salmerino g 200 cad. • vino bianco Lugana litri 0,75 • patate g 700 • fumetto di pesce g 500 • burro g 50 • 6 fette di pancarré • 3 scalogni • 2 spicchi di aglio • 2 limoni • prezzemolo • alloro • salvia • timo • aneto • rosmarino • maizena • olio extravergine di oliva • sale*

■ Lessate le patate con timo, 1 scalogno sbucciato, l'aglio intero con la buccia, mezza foglia di alloro, un ciuffo di prezzemolo e un pizzico di sale.

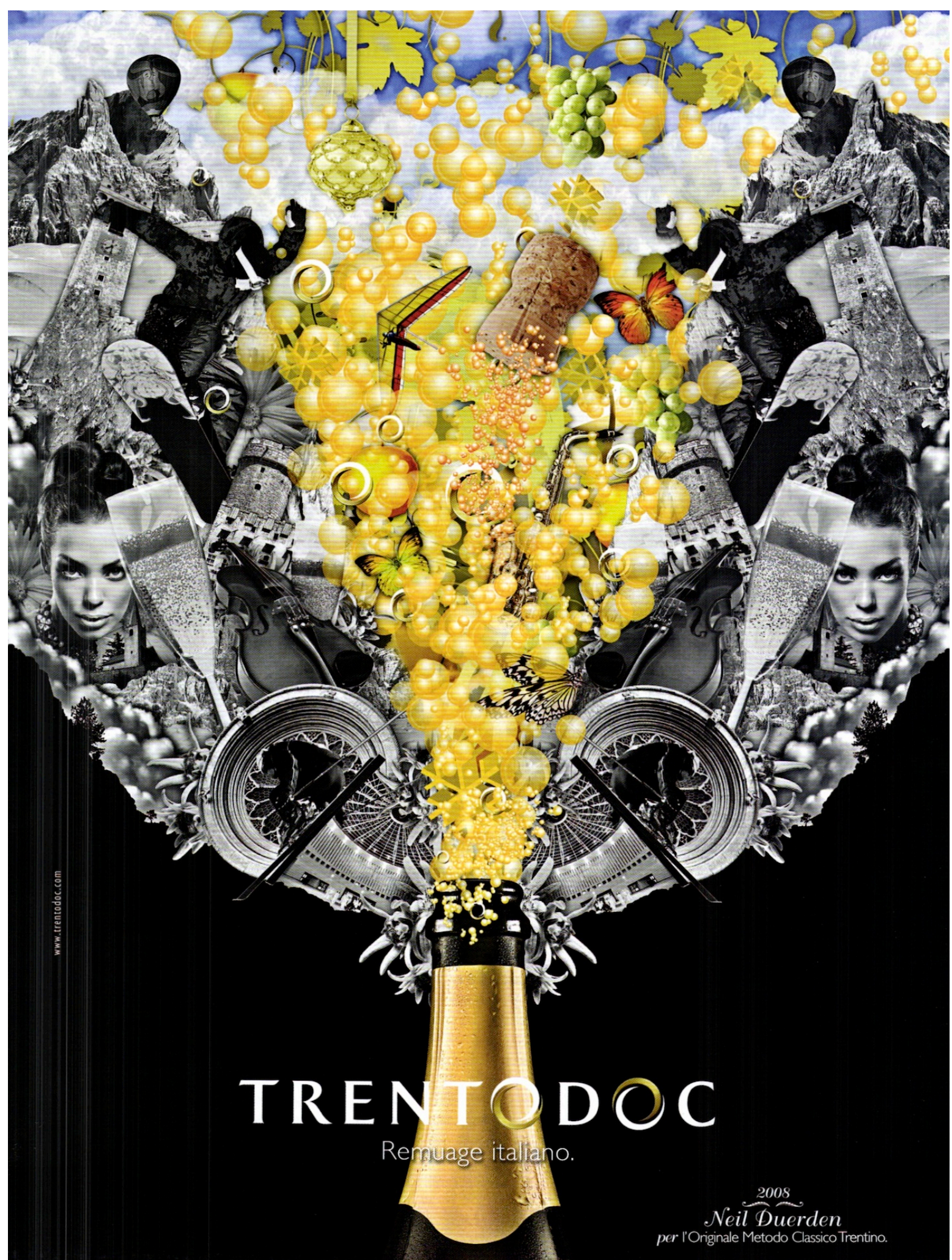
■ Intanto rosolate 2 scalogni a fettine con un cucchiaio di olio per 2'; aggiungete il vino e fatelo ridurre della metà. Unite poi il fumetto di pesce e fate ridurre di nuovo della metà. Filtrate la riduzione, eliminando lo scalogno, aggiungete un cucchiaino di maizena diluita in un po' di acqua fredda e mescolate sul fuoco fino a ottenere la densità desiderata, poi regolate l'acidità con uno spruzzo di succo di limone (salsa al Lugana).

■ Pelate le patate, schiacciatele con la forchetta, conditele con il burro, la scorza grattugiata di un limone, prezzemolo tritato, un pizzico di sale.

■ Tritate il pancarré con 3-4 cucchiai di trito misto di prezzemolo, salvia, timo, rosmarino (panure).

■ Salate leggermente i filetti tagliati a trancetti, passateli nella panure e cuoceteli in padella con poco olio, poggiandoli dalla parte della pelle, che deve diventare un po' croccante. Dopo 3-4' girateli e completate la cottura in 1-2'.

■ Spolverizzate i filetti con un altro po' di panure, completateli con zeste di limone ed erbette, e serviteli accompagnati con la salsa al Lugana e con le patate schiacciate, nella forma che preferite. Decorate con alloro, aneto e, volendo, colorate con un pomodorino.

Piatto Rosendahl, sottopiatto Maxwell & Williams. Indirizzi nell'ultima pagina.

www.trentodoc.com
TRENTODOC
Remuage italiano.
2008
Neil Duerden
per l'Originale Metodo Classico Trentino.

GETTY IMAGES

Partenze **senza problemi**

Mangio, bevo, viaggio

Ho fame! Ho sete! Ma quando si arriva? Piccole litanie di bambini chiusi in auto. Seguite da quelle degli adulti. Attento che rovesci! Poi ti viene la nausea! Eppure affrontare con successo gli spostamenti delle vacanze si può, basta organizzarsi. Ecco come **a cura di Giorgio Donegani e di Cristina Turati**

Belle le vacanze. Ma quante volte il viaggio in automobile si è rivelato un piccolo disastro? A quanti genitori le parole "mal d'auto" fanno venire i brividi al solo sentirle? Eppure per evitare le ore più calde spesso si parte subito dopo colazione, innescando inevitabili malesseri. Oppure, per non incontrare traffico, si sceglie di viaggiare all'ora di pranzo e cena. E i bambini quando hanno fame non sentono ragioni: vogliono mangiare. All'arrivo, l'auto sarà piena di macchie e briciole. Dunque bisogna sapersi organizzare, mettendo in conto magari anche code impreviste, attrezzati per la nausea, che arriva sempre nei momenti meno opportuni.

Prima di partire per un lungo viaggio I bambini sono quelli che rischiano di soffrire di più in viaggio, anche perché, almeno fino ai 4-5 anni, non hanno ancora messo a punto nel modo più efficace il meccanismo di regolazione della temperatura corporea e della sete. Anche se in auto c'è il climatizzatore, l'ambiente pone sempre qualche problema: aria secca, correnti… è necessario tenere ben presenti le difficoltà dei piccoli, offrire loro spesso da bere e da mangiare, adottando attenzioni diverse secondo l'età.

Per i più piccini Per chi è alle prese con le prime pappe, la praticità dei prodotti industriali si rivela insuperabile: gli omogeneizzati sono perfetti in viaggio perché, sigillati nelle loro confezioni originali, garantiscono la massima igiene (sono sterili), si conservano senza problemi e sono subito pronti per il consumo. Quelli alla frutta sono gradevoli anche freschi, mentre se si vogliono proporre quelli di carne o di pesce, è meglio intiepidirli: gli appositi scaldavivande a resistenza elettrica che si collegano all'accendisigari della macchina sono ideali. Per dare maggior »

Questo no...

NOCCIOLINE
Danno un sacco di calorie, sono salate e tendono anche a indurre la nausea.

SNACK TIPO PATATINE
Sbriciolano, ungono, mettono sete e danno uno sproposito di calorie vuote (un pacchetto da g 100 = 500 kcal).

SNACK DOLCI TIPO MERENDINE
Se crostatine e plum cake possono essere accettabili (a parte le briciole), sono da evitare le barrette con ripieno di creme, cocco, cioccolato o mou, nutrizionalmente sbilanciate.

PANINI CON SALUMI INSACCATI, TONNO, MOZZARELLA
I salumi mettono molta sete, il tonno è ingestibile (unge ovunque e scappa sui sedili), la mozzarella diventa subito secca.

FRUTTA SUCCOSA: PESCHE, PRUGNE, ANGURIA...
Da evitare, se non si vuol passare settimane a smacchiare abiti e sedili.

R.LETTIERI

Organizzare un picnic **durante il viaggio**

Se per una sosta più lunga a pranzo si preferisce un menu fai da te a quello dei ristoranti e degli autogrill, è importante puntare su quattro caratteristiche fondamentali: gusto, praticità, digeribilità ed equilibrio nutritivo. Non è difficile realizzare un mix perfetto, ecco qualche idea.

- Le insalate di pasta e di riso sono una scelta ideale: si preparano in anticipo, si porzionano facilmente e, se gli ingredienti sono ben assortiti, diventano praticamente un piatto unico.
- Le torte salate di verdura sono un'altra eccellente alternativa. Arricchite con un po' di formaggio e prosciutto, possono sostenere da sole l'intero pasto.
- La carne può trovare posto nel menu da viaggio in forma di arrosto freddo o roast-beef, senza dimenticare la carne in scatola, un alimento che, se piace come gusto, presenta molti aspetti positivi: praticità, basso contenuto di grassi e sicurezza igienica assoluta.
- La verdura deve trovare spazio anche nel pasto veloce consumato alla piazzola di sosta. Fagiolini cotti e patate lesse si possono preparare prima e sono buoni anche freddi; per la verdura cruda sono invece da preferire carote e finocchi, meno delicati delle verdure a foglia.
- Le frittate, veloci da cuocere a casa e buone anche fredde, sono perfette se abbinate ad altri ingredienti come zucchine, spinaci, patate. Una sola accortezza: non esagerare con l'olio di frittura (la padella antiaderente consente di limitarlo davvero al minimo).
- Il dessert: la frutta è in questo caso il miglior dessert. Comoda da trasportare, pulire e mangiare, rinfresca e reidrata l'organismo. Una bella macedonia con limone e zucchero non è difficile da preparare e resiste bene al viaggio. Se proprio non si vuole rinunciare al dolce "classico", si possono portare biscotti o torte casalinghe, purché non farcite e senza panna.

sostanza, oltre all'omogeneizzato si può somministrare anche del formaggio fresco (ipolipidico nei primi 5 mesi) e della frutta (ne esistono puree confezionate comode e sicure). Da bere, rigorosamente acqua: oligominerale, non gassata e non fredda.

Per i più grandicelli Al di là della fame, con i più grandi ci sono da fare i conti anche con la noia. Spesso proprio l'inattività e la passività del loro ruolo rendono il viaggio più difficile da sopportare. Il caldo, lo star seduti a lungo, lo stress del traffico si fanno sentire per tutti e uno spuntino ogni tanto, oltre a fornire l'energia utile a compensare le necessità dell'organismo, serve anche a distrarre sul piano psicologico e a rompere la monotonia. Ecco allora che in una borsa termica sempre a portata di mano potranno trovare spazio una piccola scorta di minispuntini da consumare di tanto in tanto, senza nemmeno fermarsi al parcheggio. La frutta fresca va benissimo, a patto che non sia troppo succosa (perfette le banane, le albicocche e, soprattutto, le mele già lavate). Se il gusto dolce della frutta disturba, si possono scegliere panini (in tartine o a fette) con l'accompagnamento di poco prosciutto magro o quadrotti di formaggio compatto. Buoni anche cracker e schiacciatine, se si è disposti ad accettare le briciole in macchina. Da evitare invece le patatine e gli snack che le imitano: sbriciolano, ungono e soprattutto sono salatissimi e nutrono poco, con l'effetto di non soddisfare l'appetito e di indurre molta sete. Anche per i più grandicelli una particolare attenzione va al bere: acqua, tè o succo di frutta vanno offerti di frequente per allontanare il rischio di disidratazione, curando che non siano troppo freddi.

Caramelle di emergenza

A volte, soprattutto se si è in coda e non si ha a disposizione nulla da mettere sotto i denti, tanto gli adulti quanto i bambini possono accusare una crescente difficoltà di concentrazione e un improvviso senso di stanchezza mentale: è la spia di una crisi ipoglicemica (la concentrazione di zucchero nel sangue si sta facendo troppo bassa ed è ora di fare rifornimento). Grave se si guida, è una situazione comunque spiacevole anche per il passeggero, di qualsiasi età. Avere sempre a portata di mano una scorta di caramelle o di chewing-gum è utile per superare i momenti più duri: se consumati saltuariamente, questi prodotti non presentano particolari controindicazioni sotto il profilo dietetico e, grazie al loro abbondante contenuto zuccherino, aiutano a mantenere il livello di attenzione generale. È ovvio, però, che la loro azione è limitata ed è indispensabile integrarla con soste periodiche più sostanziose.

La nausea **un problema per tutti**

Un problema comune a molti bambini e adulti è il "mal d'auto". Per evitare nausea e vomito si rivelano efficaci alcune semplici precauzioni.

- **Evitare il latte a colazione prima di partire, piuttosto scegliere lo yogurt. Meglio un tè zuccherato con alcuni biscotti secchi o una fetta di pane con marmellata (niente dolci con crema).**
- **Durante il viaggio consumare spesso piccoli spuntini, asciutti e non troppo dolci, come cracker e grissini. In questo modo si placa lo stimolo della fame e si distoglie la mente dal pensiero di star male (l'ansia può giocare brutti scherzi!).**
- **Bere spesso, ma a piccoli sorsi e a piccole dosi per non riempire eccessivamente di liquidi lo stomaco e rischiare l'immancabile rigurgito.**
- **Per gli adulti, un rimedio eccezionale è lo zenzero! Già gli antichi navigatori cinesi lo masticavano per evitare il mal di mare e oggi molti studi clinici hanno dimostrato la sua reale efficacia. Candito, è squisito e molto efficace (ma per i bimbi pizzica un po' troppo), e se si ha la sfortuna di soffrire pesantemente di "mal d'auto" si può ricorrere all'olio essenziale (si trova in erboristeria): 60 mg un'ora prima della partenza possono essere meglio persino delle pastiglie, dei cerotti e delle gomme da masticare.**

MENU rapido

30 minuti in tutto

a cura di Cristina Poretti, ricette Raffaele Rignanese, foto Beatrice Prada

INSALATA DI LEGUMI CON SGOMBRI AFFUMICATI

Ingredienti per 4: • *legumi misti lessati g 500* • *filetti di sgombro affumicati Rizzoli g 260* • *zucchina novella g 150* • *cipollotti puliti g 80* • *olive taggiasca snocciolate g 40* • *4 pomodori* • *olio extravergine di oliva* • *sale* • *pepe*

■ Sciacquate con acqua tiepida i legumi. Affettate i pomodori e con le fette, condite con olio e un pizzico di sale, rivestite i piatti.

■ Tritate i cipollotti, tagliate a dadini minuscoli la zucchina e a rondelle le olive e mescolateli con i legumi e parte degli sgombri spezzettati; condite con g 20 di olio e pepe. Distribuite l'insalata sui pomodori, completate con i filetti di sgombro rimasti e servite.

Provato per voi: *gli sgombri affumicati Rizzoli hanno un gusto deciso ma equilibrato, che arricchisce quello più delicato dei legumi senza sopraffarlo.*

INVOLTINI DI PEPERONE E CAPRINO

Ingredienti per 4: • *4 peperoni gialli g 800* • *caprino g 160* • *pistacchi sgusciati e pelati g 20* • *basilico* • *olio extravergine di oliva* • *sale* • *pepe*

■ Dividete in 4 falde i peperoni e cuoceteli per 10' nel forno a microonde posati sul lato della pelle sul piatto crisp: dovranno risultare morbidi ma ancora compatti (cuocendoli in forno a 200 °C occorreranno 18-20').

■ Lavorate il caprino con un pizzico di basilico tritato, una macinata di pepe, i pistacchi tritati e un cucchiaio di olio. Salate le falde di peperone, ormai tiepide, spalmatele con il caprino, arrotolatele e servitele decorate con foglie di basilico.

PIRAMIDE DI ANGURIA CON SORBETTO DI LIMONE

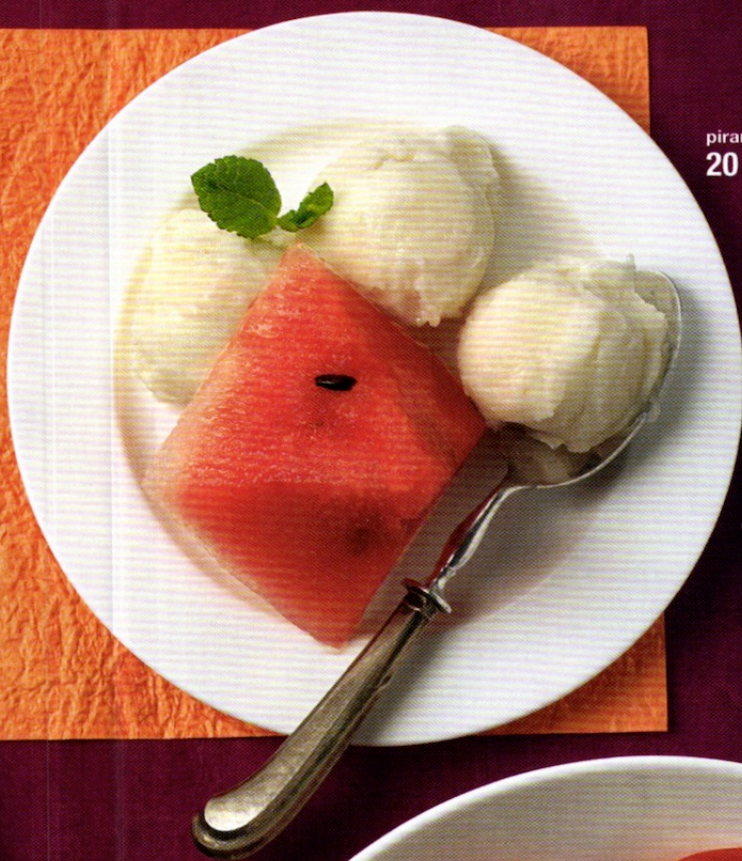
Ingredienti per 4: • *polpa di anguria g 500* • *sorbetto di limone g 200* • *maraschino* • *menta fresca*

■ Togliete dal congelatore il sorbetto e mettetelo nel frigorifero. Tagliate l'anguria a piramide, o nella forma che preferite, spruzzatela di maraschino e cospargetela di foglie di menta, lasciandola marinare nel frigorifero per 10'.

■ Servite, per ogni commensale, 3 palline di sorbetto accompagnate dall'anguria scolata dalla marinata.

TABELLA DI MARCIA: mettete il sorbetto in frigorifero e fate marinare l'anguria. Cuocete i peperoni. Tagliate la zucchina, i cipollotti, le olive e preparate l'insalata di legumi. Farcite i peperoni e disponeteli sul piatto. Completate il dessert solo al momento di servire.

involtini di peperone e caprino
20 minuti

piramide di anguria con sorbetto di limone
20 minuti

insalata di legumi con sgombri affumicati
10 minuti

Piatti Maxwell & Williams, sottobicchieri Images d'Orient. Indirizzi nell'ultima pagina.

MENU leggerezza

720 Kcal per persona

Ricette Sergio Barzetti, foto Beatrice Prada

MOZZARELLA DI BUFALA SU CREMA DI POMODORO

Tempo: circa 10'

Ingredienti per 4: • *mozzarella di bufala g 250* • *1 pomodoro cuore di bue non troppo maturo g 150* • *olio extravergine di oliva g 30* • *rucola g 20* • *basilico* • *sale*

■ Dividete la mozzarella in 12 cubi, mettetela in una ciotola, copritela e tenetela in fresco, ma non in frigorifero.

■ Tagliate a pezzi il pomodoro e frullatelo con la rucola sminuzzata, l'olio e un pizzico di sale ottenendo una crema. Distribuite nei piatti la crema, completate con i cubi di mozzarella, ben sgocciolati dal loro liquido, e completate con foglioline di basilico.

MINESTRONE D'ESTATE

Tempo: circa 30' più il raffreddamento

Ingredienti per 4: • *pomodori g 300* • *patate sbucciate g 260* • *fagiolini g 250* • *sedano g 80* • *olio extravergine di oliva g 30* • *1 foglia di alloro* • *maggiorana fresca* • *sale*

■ Mettete a bollire litri 1,2 di acqua con l'alloro, g 10 di olio e sale. Tagliate a tocchetti i fagiolini e a dadini il sedano, versateli nell'acqua bollente. Tagliate a dadini le patate e unitele al minestrone. Cuocete per 15' a fuoco medio, spegnete e lasciate intiepidire.

■ Pelate, svuotate e tagliate a dadini i pomodori, conditeli con l'olio rimasto e abbondante maggiorana fresca. Quando il minestrone si sarà intiepidito, completatelo con il pomodoro e servitelo.

PORTAFOGLI DI VITELLO ALLE VERDURE

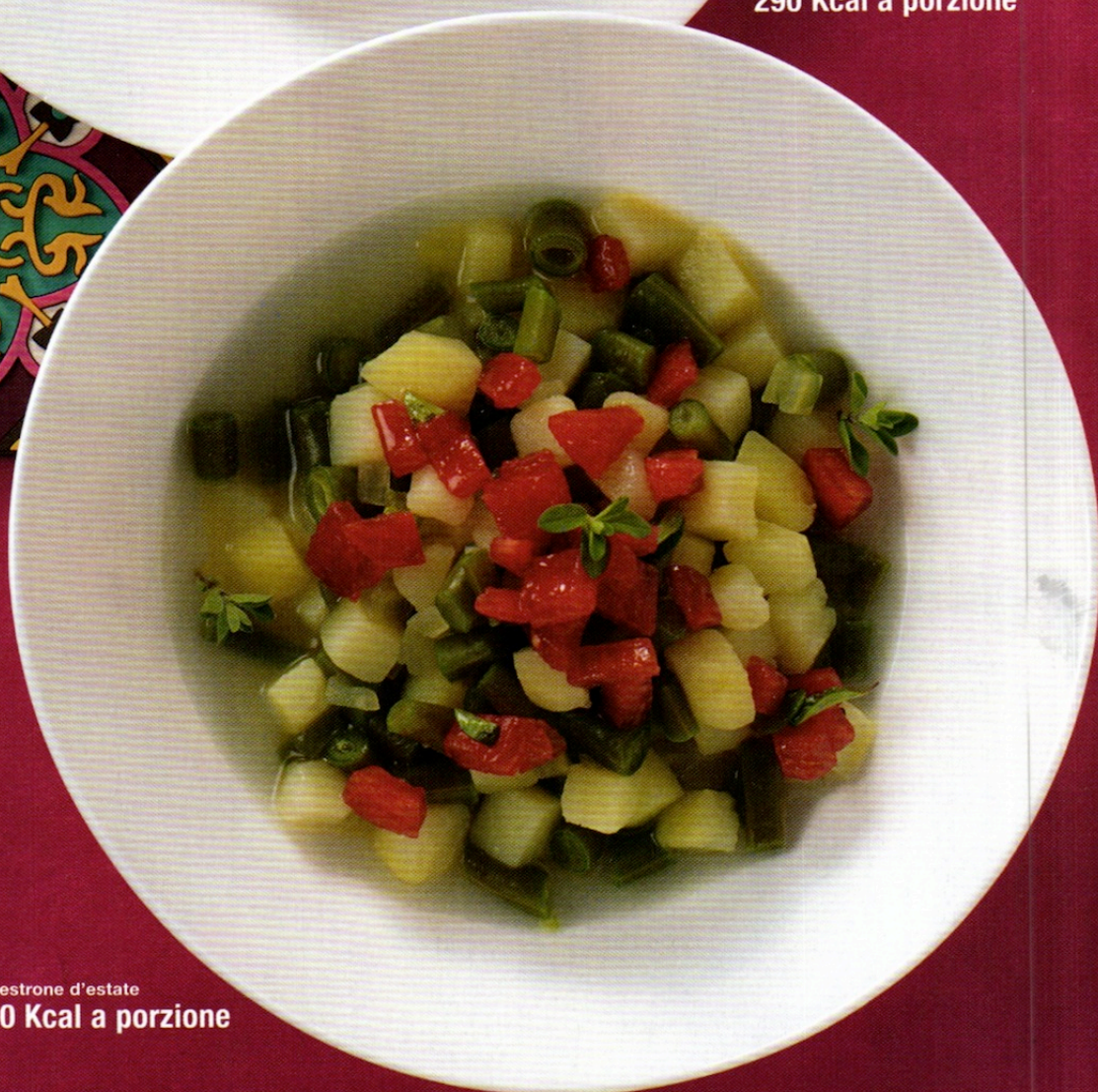
Tempo: circa 30'

Ingredienti per 4: • *4 fette di vitello g 500* • *peperone rosso g 160* • *melanzana g 160* • *vino bianco secco g 100* • *olio extravergine di oliva g 30* • *basilico* • *farina* • *sale*

■ Tagliate la melanzana in rondelle di mm 3 di spessore, ungetele leggermente, cuocetele alla griglia, salatele e tritatele grossolanamente. Tagliate a dadini piccolissimi il peperone, saltatelo in padella con un cucchiaio di olio per 2-3' e poi salatelo.

■ Coprite le fette di vitello con un foglio di pellicola e battetele rendendole molto sottili (la pellicola impedisce alla carne di rompersi). Distribuite sulle fette metà della melanzana, poi metà del peperone e un paio di foglie di basilico; richiudetele a portafoglio battendo i bordi col batticarne per sigillarli e poi fissandoli ulteriormente con uno stecchino. Infarinate i portafogli, rosolateli nell'olio rimasto per 2', sfumateli con il vino bianco, aggiungete le verdure rimaste, cuocete ancora per 1', spegnete e servite.

mozzarella di bufala su crema di pomodoro
210 Kcal a porzione

portafogli di vitello alle verdure
290 Kcal a porzione

minestrone d'estate
220 Kcal a porzione

Piatti Maxwell & Williams, sottobicchieri Images d'Orient. Indirizzi nell'ultima pagina.

MENU piccoli prezzi

»» 4,30 euro per persona

Ricette Walter Pedrazzi, foto Beatrice Prada

INSALATA DI RISO E COZZE

Tempo: circa 40'

Ingredienti per 4: • *riso g 160* • *melanzana g 120* • *cipolla g 100* • *peperone verde g 100* • *1 pomodoro San Marzano g 80* • *olive snocciolate g 20* • *24 cozze* • *prezzemolo* • *basilico* • *aglio* • *aceto bianco* • *vino bianco secco* • *olio extravergine di oliva* • *sale*

■ Lessate il riso, scolatelo e raffreddatelo. Unite in casseruola g 80 di aceto, g 80 di vino, g 80 di acqua, la cipolla affettata. Cuocetela per 3' dal bollore, poi scolatela conservando il liquido.

■ Tagliate a pezzetti il peperone e saltatelo con olio per 1'. Affettate la melanzana, ungetela e cuocetela nella padella dei peperoni, che avrete messo da parte. Versate sulla melanzana il liquido delle cipolle e fate raffreddare. Tagliate il pomodoro; tritate le olive, un ciuffetto di prezzemolo, uno di basilico e mescolate tutto con i peperoni.

■ Fate aprire le cozze con olio e uno spicchio di aglio, sgusciatele, tritatele e unitele con tutti gli altri ingredienti al riso, freddo. Condite l'insalata di riso con 2 cucchiai di olio e regolate di sale.

BOCCONCINI DI MANZO IN PADELLA

Tempo: circa 25'

Ingredienti per 4: • *polpa magra di manzo g 350* • *pomodoro costoluto g 160* • *cipolla rossa g 120* • *peperoncino fresco* • *menta* • *prezzemolo* • *olio extravergine di oliva* • *sale*

■ Tagliate a bocconcini la carne, a spicchi cipolla e pomodoro. Tritate 1 peperoncino, 5 foglie di menta e un ciuffo di prezzemolo.

■ Scaldate in padella 4 cucchiai di olio e saltatevi la cipolla e il peperoncino per 1'; poi aggiungete il pomodoro, le erbe e mescolate. Liberate la padella e, nella stessa, rosolate la carne a fuoco vivo con altro olio, se serve, cuocendola più o meno al sangue, a piacere. Rimettete in padella le verdure. Mescolate, salate e servite.

PASTICCIO DI PIATTONI VERDI

Tempo: circa 45'

Ingredienti per 4: • *piattoni verdi g 500* • *pomodori da sugo g 450* • *pangrattato g 70* • *olive nere snocciolate g 40* • *grana grattugiato g 20* • *aglio* • *olio extravergine di oliva* • *sale*

■ Spuntate i piattoni e lessateli per 6-7'. Tagliate a rondelle mezzo spicchio di aglio e i pomodori. Mescolate il pangrattato con il grana, le olive tritate e un pizzico di sale.

■ Mettete in casseruola i pomodori, l'aglio, g 40 di olio, due mestolini di acqua; salate, coprite e cuocete a fuoco medio per 10', poi passate al setaccio la salsa ottenuta.

■ Ungete una tortiera di cm 20 di lato e riempitela con tre strati incrociati di piattoni, condendo ognuno con pangrattato e olio. Infornate a 190 °C per 12-14'. Servite con la salsa di pomodoro.

pasticcio di piattoni verdi
€ 1,50 a porzione

»» i prezzi sono indicativi

bocconcini di manzo in padella
€ 2,00 a porzione

insalata di riso e cozze
€ 0,80 a porzione

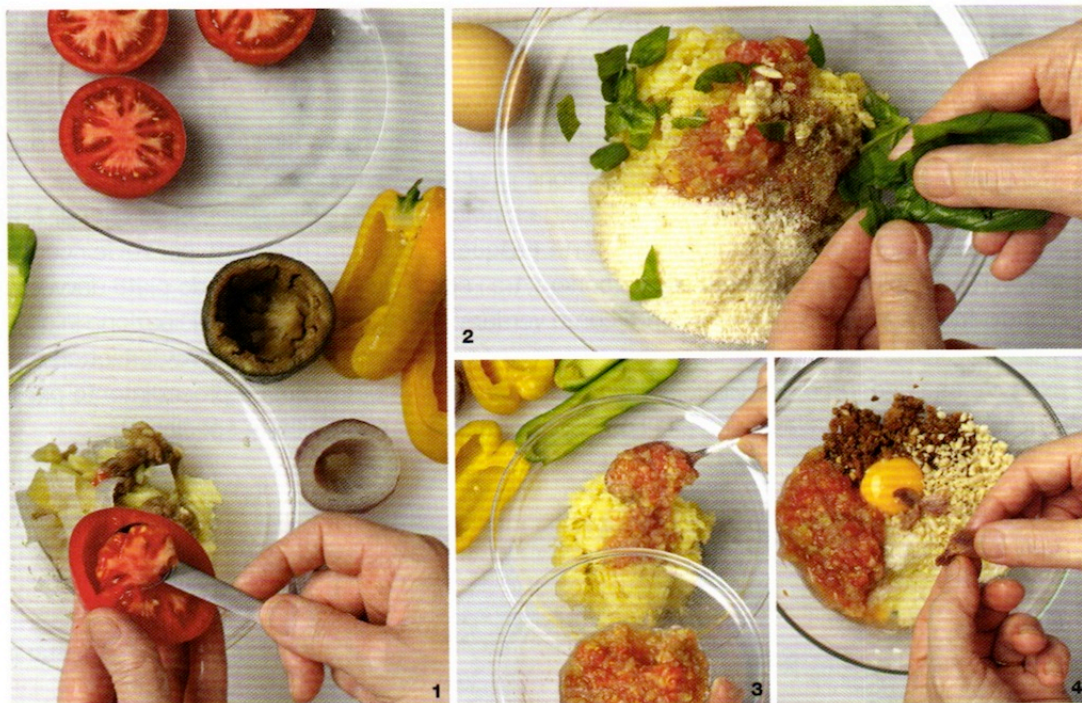
Piatti Maxwell & Williams, sottobicchieri Images d'Orient. Indirizzi nell'ultima pagina.

La cucina **ligure**

Verdure ripiene

Profumate e ricche, sono un piatto forte della gastronomia regionale, fondata su una cucina che privilegia gli ortaggi. Esaltati dalla delicata qualità dell'olio locale **Testo Laura Forti, foto Beatrice Prada**

Nella cucina ligure le verdure che crescono al sole della Riviera hanno un ruolo fondamentale, spesso primario anche nei piatti di carne e pesce. Pur con ripieni in versione "vegetariana", riescono a essere un piatto ricco, sia in senso nutrizionale che di gusto. Due costanti, nelle tante versioni di ripieni con cui si farciscono le verdure in Liguria, garantiscono sapidità e gusto: l'aglio e l'olio. Il primo dà il suo inconfondibile profumo ai ripieni sia che la base della farcitura si prepari con patate, con pane, ma anche con riso, a volte formaggio (la quagliata). L'olio, poi, è il legante che permea tutto con la sua delicata qualità, frutto della sapiente e tradizionale olivicoltura ligure: un sapore tenue, con sfumature di pinoli, che esalta gli ingredienti senza coprirne il gusto.

Una vocazione vegetariana La cucina ligure è spesso "di magro": oltre a pochi piatti che prevedono carni (prevalentemente bianche) o pesci, la parte del leone è giocata proprio dalle verdure fresche, che possono giovarsi dei più aromatici arricchimenti: oltre al profumato basilico e ai pinoli, veri simboli regionali, non mancano i funghi che provengono dall'entroterra, insieme a diverse erbe spontanee. Perché questo amore per le verdure fresche? Forse perché i marinai, dopo lunghi soggiorni sulle navi a base di cibi conservati, avevano voglia di fragranti ortaggi appena colti.

MEDIA ●●

Tempo: circa 1 ora e 40'

Ingredienti per 4: *• patate farinose g 400 • 2 zucchine g 350 • 2 pomodori ramati g 320 • 1 melanzana g 280 • 2 cipolle g 240 • 1 peperone giallo g 200 • funghi secchi g 20 • pinoli g 20 • 3 fette di pancarré • 2 uova • 2 filetti di acciuga sott'olio • grana grattugiato • basilico • aglio • latte • olio extravergine • sale • pepe*

■ **1** Lessate peperone, melanzana, zucchine e cipolle fino a metà cottura (6' per zucchina e peperone, 10' per cipolla e melanzana), poi tagliatele a metà e svuotatele, conservando la polpa. Tagliate a metà e svuotate anche i pomodori.

■ **2** Lessate le patate, sbucciatele e passatele con lo schiacciapatate; mescolatele con metà della polpa delle verdure, 1 uovo, 2 cucchiai di grana, 3 di olio, 3-4 foglie di basilico sminuzzate, 1 spicchio di aglio tritato, sale e pepe, amalgamando bene (ripieno di patate).

■ **3** Ammollate il pancarré nel latte, strizzatelo leggermente e amalgamatevi la polpa delle verdure rimasta.

■ **4** Aggiungete i funghi secchi ammollati, strizzati e tritati, 1 spicchio di aglio tritato e i pinoli tritati, 1 uovo e i filetti di acciuga a pezzettini (ripieno di pane). Riempite metà delle verdure con un ripieno e metà con l'altro, mettetele in una pirofila, spolverizzatele di grana, conditele con olio e infornatele a 180 °C per circa 30'.

Piatto di porcellana Jia Inc. Indirizzo nell'ultima pagina.

Cinque piatti da chef

Nuove ricette per i cuochi di Academia Barilla *che hanno realizzato nelle loro cucine i piatti risultati vincenti nel secondo giro di votazioni online. Correte a scoprirli su* ***www.lericetteditalia.it****!*

Online, si è completata anche la seconda "manche" del nostro gioco, quella che ha visto l'elezione di altre cinque ricette "vincitrici di tappa". Così, per la categoria antipasti abbiamo visto trionfare la **Torta pasqualina**, fra i primi piatti gli **Spaghetti alla carbonara**, tra i secondi i **Mondeghili**, i **Fiori di zucca fritti** come verdura e i **Cannoli siciliani** come dessert.
Non c'è che dire: un menu virtuale di grandissima versatilità, che spazia dalla Liguria alla Lombardia, dal Lazio alla Sicilia, riunendo davvero ingredienti, tecniche e tradizioni di tutta Italia.
Una bella sfida per gli chef di Academia Barilla, che hanno realizzato per voi le ricette ispirandosi a quelle tipiche, creando piatti davvero sopraffini.
Ne vedete un'anticipazione in queste pagine. Ma correte online: su **www.lericetteditalia.it** troverete ingredienti, dosi e procedimento per tutte e cinque queste prelibate specialità!

1 L'ANTIPASTO

LA TORTA PASQUALINA

Dalla Liguria, un ricchissimo antipasto di festa

Storia e tradizioni si sposano in questa delizia fragrante, dal ripieno ricco e delicato

Ricotta fresca o "prescinsoeua", la cagliata tipica ligure. Tenere **bietoline**. **Uova sode**. Tutto racchiuso in un **guscio di pasta leggerissima e friabile**, il cui segreto sta nelle **sfoglie sottili e sovrapposte** a creare la magia di bocconi che si sciolgono al primo morso. Una ricetta antica che ancora oggi non ha perso il suo fascino. Con le "dritte" degli chef di Academia Barilla, preparatela **non solo a Pasqua**, ma anche per un **allegro picnic** o per rendere speciale un **buffet sotto le stelle**.

2 IL PRIMO PIATTO

SPAGHETTI ALLA CARBONARA

Dalla cucina romanesca, un grande piatto italiano

È davvero una specialità "globale", conosciuta in tutto il mondo per la sua impareggiabile bontà

Nasce dall'unione di **guanciale rosolato**, **pecorino romano** e **uova fresche** questo piatto dagli ingredienti semplici combinati secondo un'alchimia davvero unica. Il risultato è forse **uno dei migliori primi piatti della tradizione italiana**. Seppur di **recente "invenzione"** (la carbonara è nata nel dopoguerra), non ci ha messo molto a valicare i confini di **Roma, la città che le ha dato natali e ingredienti**, per conquistare il cuore e il palato dei buongustai. Gli chef di Academia Barilla ne danno un'interpretazione classica, da scoprire online e provare subito a casa!

3 IL SECONDO PIATTO

MONDEGHILI

Stuzzicanti bontà "del giorno dopo"

La cucina lombarda è maestra nel "riciclare" lessi e arrosti in queste dorate crocchette

Cucina povera, degli avanzi, ma così buona che oggi le **polpette di lesso** (ma si possono preparare anche di arrosto) della **tradizione milanese** e lombarda aprono con orgoglio tanti menu rustici e fanno bella mostra di sé sui buffet di aperitivi alla moda. La ricetta degli chef di Academia Barilla suggerisce di mescolare le carni cotte con **salsiccia fresca e mortadella di fegato**, più un poco di **mollica inzuppata nel latte**, per crocchette che, **impanate e dorate nel burro spumeggiante**, si gustano caldissime o, perché no, fredde.

4 LE VERDURE

FIORI DI ZUCCA FRITTI

Una tecnica tutta italiana

Da nord a sud, le fritture fanno parte della grande tradizione del nostro Paese

Carne, pesce, crocchette di ogni foggia. E naturalmente, ortaggi. In Italia, dal Piemonte alla Sicilia, passando per il Centro, **si frigge di tutto e di più**. Le verdure sono regine di queste preparazioni. E i delicati fiori di zucca, con le loro **fragili corolle** che, **dorate e croccanti**, si frantumano a ogni boccone, sono delle **vere prelibatezze**. Gli chef di Academia Barilla ce li propongono in leggerissima pastella, con un suggerimento insolito: quello di **provarli anche zuccherati**!

5 IL DESSERT

CANNOLI SICILIANI

Dolcezza mediterranea

Deliziosi peccati di gola che racchiudono tutto il calore e il sapore del sole

Forse non c'è come il **Meridione** per gustare i **migliori dolci d'Italia... e del mondo**! Come vuole la tradizione pasticcera dei paesi affacciati sul Mediterraneo, arrivano da queste regioni specialità sontuose, spesso arricchite da **frutta candita o secca** e, altrettanto spesso, **rese fragranti dalla frittura**. Non fanno eccezione i cannoli, dai gusci dorati, col loro **ripieno di ricotta fresca**. La ricetta proposta dagli chef di Academia Barilla li profuma con **vaniglia e cannella** e li completa con scaglie di cioccolato, in un **trionfo di sapori golosi** ai quali è impossibile resistere!

Tavolozza di freschezza

Cremoso gelato nelle profumate "nuance" dei piccoli frutti su una base di croccante sbrisolona: è il nostro dolce Ferragosto!

Ricetta Walter Pedrazzi, foto Ludovica Sagramoso Sacchetti

SBRISOLONA CON GELATI AI FRUTTI DI BOSCO

FACILE

Tempo: circa 30' più il riposo e la preparazione dei gelati

Ingredienti per 6: *Gelati: • latte litri 1 • zucchero g 240 • fragoline di bosco g 125 • more g 125 • lamponi g 125 • mirtilli g 125 • latte condensato g 100. Sbrisolona: • burro g 120 • mandorle con la buccia g 100 • zucchero g 100 • farina 00 g 100 • farina di mais g 50 • 2 tuorli • lievito in polvere per dolci • vanillina • maraschino • sale • fichi per decorare*

■ Gelati: frullate separatamente ogni frutta con g 25 di latte condensato e g 60 di zucchero, quindi stemperate i frullati con g 250 di latte ciascuno; versateli, uno alla volta, nella gelatiera e avviatela.

■ Sbrisolona: frullate le mandorle con lo zucchero e impastatele poi con g 100 di burro morbido, i tuorli, un cucchiaio di maraschino, mezzo cucchiaino di lievito e mezza bustina di vanillina. Infine incorporate all'impasto la farina 00 e quella di mais, avvolgetelo nella pellicola e mettetelo a riposare in frigorifero per 30'.

■ Imburrate una teglia svasata (ø cm 28), foderatela di carta da forno e stendete la pasta solo sul fondo. Infornate a 180 °C per 20'. Quando la sbrisolona sarà cotta, sfornatela, lasciatela raffreddare e al momento di servirla completatela con palline di gelato e decoratela con fettine di fico.

Lo chef dice che: utilizzando le dosi suggerite, minimo indispensabile per poter lavorare i singoli gusti, otterrete quasi 2 kg di gelato, mentre per 6 persone ne basterebbe la metà. Se dunque non volete avanzare del gelato, potete prepararne solo due gusti (accorciando anche i tempi di lavorazione).

Piatto e cucchiaio di latta Variopinte, tovagliolo Society by Limonta. Indirizzi nell'ultima pagina.

ROTOLO DI TACCHINO E ZUCCHINE NELLA SFOGLIA

MEDIA ●●

Tempo: circa 1 ora

Ingredienti per 6: *• 2 zucchine g 250 • arrosto di tacchino affettato g 250 • 1 disco di sfoglia stesa g 230 • 1 pomodoro g 180 • origano • grana grattugiato • sale*

■ Mondate le zucchine e, usando la mandolina, tagliatele per il lungo in fettine sottili. Scottatele in una padella spolverizzata di sale per pochi secondi per lato: devono solo prendere calore e ammorbidirsi appena.

■ Tagliate a fettine molto sottili il pomodoro.

■ Coprite la sfoglia con le fette di tacchino, poi fate uno strato con le zucchine, quindi uno con le fettine di pomodoro. Spolverizzate con un pizzico di origano secco e con due cucchiaiate di grana grattugiato.

■ Avvolgete a rotolo prima le fette di tacchino, senza la sfoglia, poi avvolgete intorno al "salame" ottenuto anche la sfoglia. Incidetela in superficie con tagli paralleli e infornate il rotolo a 200 °C per circa 25'.

■ Sfornate il rotolo, fatelo raffreddare, poi tagliatelo a fette. Servitelo accompagnandolo a piacere con un po' di insalata fresca di stagione.

Vino *rosato secco, fragrante, di buona acidità*
Alto Adige Lagrein Kretzer, Tarquinia rosato, Riesi rosato
Acqua *lievemente frizzante, minimamente mineralizzata, di gusto leggero e fresco*

INSALATA DI ORTAGGI CON VINAIGRETTE AI CAPPERI

FACILE ●

Tempo: circa 35'

Ingredienti per 6: *• 2 patate g 250 • fagiolini lessati g 150 • peperone rosso arrostito g 80 • rucola g 25 • capperi sotto sale • pecorino • maggiorana • succo di limone • aceto • olio extravergine di oliva • sale*

■ Pelate le patate, sciacquatele e tagliatele a fettine, quindi a fiammifero. Mettetele in una casseruola e copritele con acqua fredda, acidulata con 2-3 cucchiai di aceto. Cuocetele quindi per 6-7' dal levarsi del bollore, poi scolatele e fatele raffreddare in acqua fredda, in modo che non si asciughino.

■ Intanto raccogliete in una insalatiera i fagiolini lessati, aperti a metà per il lungo, il peperone arrostito, spellato e tagliato a filetti, e la rucola sminuzzata.

■ Sciacquate un cucchiaino di capperi per eliminare il sale in eccesso, asciugateli e tritateli. Frullateli poi insieme a 6 cucchiai di olio, 3 cucchiai di succo di limone, le foglie di un ciuffetto di maggiorana e un pizzico di sale, fino a ottenere una salsa (vinaigrette).

■ Mescolate le patate con gli altri ortaggi e condite l'insalata con la vinaigrette. Completate con sottili scaglie di pecorino: vengono benissimo tagliandole con un pelapatate.

Vino *bianco giovane, secco, armonico, fragrante*
Corti Benedettine del Padovano Pinot bianco, Bianchello del Metauro, Circeo Trebbiano
Acqua *piatta, mineralizzata, di gusto pieno e morbido*

POMODORI FARCITI CON GAMBERI E SALSA AL CURRY

MEDIA ●●

Tempo: circa 35'

Ingredienti per 6: *• 6 pomodori San Marzano g 500 • 12 grosse code di gambero g 300 • 2 fette di pancarré • prezzemolo • aglio • curry • olio extravergine di oliva • sale • pepe*

■ Tagliate a metà i pomodori per il lungo e scavateli all'interno, conservando la polpa con i semi.

■ Tritate finemente le fette di pancarré nel cutter, ottenendo una panure.

■ Sgusciate le code di gambero, lasciando solo il codino all'estremità (telson).

■ Riempite i mezzi pomodori con la panure e poggiate su ognuno una coda di gambero. Disponeteli su una teglia coperta con un foglio di carta da forno, irrorateli con un filo di olio, salateli e pepateli, spolverizzateli con altra panure e infornateli a 250 °C per circa 10'.

■ Intanto tritate uno spicchio di aglio e fatelo soffriggere in 3-4 cucchiai di olio. Quando l'olio sfrigola, unite un cucchiaio di prezzemolo tritato e la polpa con i semi di pomodoro che avevate tenuto da parte.

■ Profumate con un pizzico di curry a piacere e bagnate con 2 mestolini di acqua. A mano a mano che il pomodoro cuoce, schiacciatelo con un cucchiaio e salate. Lasciate sul fuoco per circa 4-5', fino a ottenere una salsa ridotta, un po' sciropposa.

■ Servite due mezzi pomodori a testa, bagnandoli con la salsa al curry.

Vino *bianco giovane, secco, armonico, fragrante*
Friuli Latisana Sauvignon, Ansonica Costa dell'Argentario, Solopaca Falanghina
Acqua *piatta, oligominerale, di gusto delicato e fine*

Piatti e posate Bitossi Home, ciotoline Easy Life Design, tovaglioli Centrotavola. Indirizzi nell'ultima pagina.

rotolo di tacchino e zucchine nella sfoglia

insalata di ortaggi con vinaigrette ai capperi

pomodori farciti con gamberi e salsa al curry

aspic di pesce e verdure in gelatina di pomodoro

DA SAPERE

La gelatina preparata con l'acqua di vegetazione dei pomodori è leggermente acidula e contribuisce ad aggiungere freschezza a questo piatto già molto estivo. Per la sua preparazione vanno bene tutti i tipi di pomodori generalmente adatti a preparare i sughi. Noi abbiamo utilizzato i perini.

ASPIC DI PESCE E VERDURE IN GELATINA DI POMODORO

PER ESPERTI ●●●

Tempo: circa 1 ora più la spurgatura e il raffreddamento

Ingredienti per 8: *• pomodori da sugo g 800 • filetti di gallinella g 150 • fagiolini lessati g 90 • carota g 60 • verde di zucchina g 40 • gelatina in fogli g 25 • peperone giallo g 25 • peperone rosso g 25 • 36 cozze • aglio • olio extravergine di oliva • sale*

■ Scottate i pomodori in acqua bollente, poi pelateli. Tagliateli a pezzetti e passateli con il passaverdure. Filtrate la passata ottenuta e mettetela in una garza, con un recipiente sotto. Salate la passata in modo che rilasci la sua acqua di vegetazione e lasciatela sgocciolare per 5-6 ore.

■ Tagliate in piccole scaloppe i filetti di gallinella e cuoceteli per un paio di minuti in padella con 2 cucchiai di olio, salandoli alla fine.

■ Pulite le cozze, poi fatele aprire in una pentola con un filo di olio e uno spicchio di aglio. Scolatele conservando il liquido di cottura, poi sgusciatele completamente. Filtrate il liquido di cottura attraverso un colino foderato di cotone idrofilo e mettetelo da parte a raffreddare.

■ In una ciotola mescolate g 300 dell'acqua di vegetazione della passata di pomodoro, 2 cucchiai del liquido di cottura delle cozze, freddo, e circa g 80 di acqua.

■ Ammollate in acqua la gelatina, poi strizzatela e fatela sciogliere sul fuoco; unitela all'acqua di pomodoro e versatene un po' in un piccolo stampo da plum cake (cm 18x8,5), creando uno strato di circa cm 1. Fatelo rapprendere in frigorifero per circa 20', in modo che si rassodi senza però indurirsi troppo.

■ Intanto tagliate a filetti il verde di zucchina, la carota e i peperoni. Riempite lo stampo facendo uno strato di verdure a filetti e fagiolini, uno con metà delle cozze, poi di nuovo verdure, poi la gallinella tagliata a pezzetti, di nuovo verdure e infine le cozze rimaste. Colmate lo stampo con altra gelatina e fate raffreddare in frigo per almeno 4-6 ore. Versate la gelatina rimasta in una pirofila e mettete a raffreddare anch'essa in frigorifero.

■ Sformate l'aspic e servitelo, intero o tagliato a fette, accompagnandolo con la gelatina della pirofila tagliuzzata a pezzettini e completando a piacere con passata di pomodoro.

Vino *bianco giovane, secco, armonico, fragrante Colli di Conegliano bianco, Vignanello bianco, Melissa bianco*
Acqua *piatta, oligominerale, di gusto delicato e fine*

INSALATA DI CONIGLIO

FACILE •

Tempo: circa 1 ora e 40' più la marinatura

Ingredienti per 10: *• 4 cosce di coniglio g 800 • peperone arrostito spellato g 50 • 2 foglie di alloro • 2 gambi di sedano • 1 cipolla • 1 carota • 1 finocchio • 1 limone • aglio • rosmarino • menta • maggiorana • basilico • senape • vino bianco secco • olio extravergine • sale fino e grosso • pepe nero in grani*

■ Mettete il coniglio in pentola con l'alloro, un rametto di rosmarino, il sedano e la carota a pezzetti, la cipolla tagliata a metà, uno spicchio di aglio con la buccia, un cucchiaio di pepe, 2 bicchieri di vino, una presa di sale grosso. Coprite con tanta acqua e cuocete per 1 ora.

■ Spolpate il coniglio, tiepido, e sminuzzatelo con le mani. Conditelo con un cucchiaio di maggiorana tritata e un cucchiaio di pepe schiacciato, copritelo con olio e fatelo marinare coperto in frigo per almeno 12 ore.

■ Mondate il finocchio conservando un po' delle sue "barbe" (foglie filiformi). Affettatelo con la mandolina.

■ Frullate nel cutter il peperone con g 45 di olio, g 40 di acqua, 2 rondelle di aglio, sale, pepe, il succo dell'intero limone e un cucchiaino di senape. Unite alla salsa ottenuta un trito di 3-4 foglie di menta, 4-5 di basilico, poco rosmarino e le "barbe" del finocchio.

■ Condite il finocchio con questa salsa e servitelo con il coniglio, leggermente sgocciolato dall'olio.

Vino *rosato secco, fragrante, di buona acidità*
Bardolino Chiaretto, Bolgheri rosato, Salice Salentino rosato
Acqua *lievemente frizzante, oligominerale, di gusto delicato, fine e poco pungente*

BRUSCHETTE DI SGOMBRO MARINATO ALL'OLIO

MEDIA ••

Tempo: circa 30' più la spurgatura e la marinatura

Ingredienti per 4: *• 2 sgombri g 600 • pomodoro g 160 • 4 fette di pane g 150 • cipolla g 120 • 1 spicchio di aglio • 1 rametto di prezzemolo • capperi sotto sale • basilico • vino bianco secco • olio extravergine • sale*

■ Sfilettate gli sgombri e cuoceteli per 7-8' con 2 bicchieri di vino, 2 di acqua, il prezzemolo e l'aglio.

■ Affettate la cipolla e fatela spurgare con un pizzico di sale per 30'. Tagliate il pane in 8 quadrati e tostatelo.

■ In una ciotola riunite il pomodoro sminuzzato, la cipolla strizzata, un cucchiaio di capperi dissalati sminuzzati, 2-3 foglie di basilico tritato, g 60 di olio (marinata). Spellate i filetti, tagliateli a pezzetti, copriteli con la marinata e fateli marinare in frigo per almeno 4 ore.

■ Costruite 4 bruschette alternando 2 quadrati di pane ciascuna, poco salati, e il pesce con la marinata. Servite con insalata fresca a piacere.

Vino *bianco secco, sapido, dal profumo floreale*
Lugana superiore, Collio Riesling, Erice Grillo
Acqua *lievemente frizzante, mineralizzata, di gusto pieno, fresco e sapido*

insalata di coniglio

bruschette di sgombro marinato all'olio

Molte altre ricette di antipasti su www.lacucinaitaliana.it

RISOTTO CON SARDE ARROSTITE E PESTO

FACILE •

Tempo: circa 1 ora

Ingredienti per 4: *• brodo vegetale litri 1 • 12 sarde g 340 • riso Carnaroli g 320 • cipolla g 60 • basilico g 45 • carota g 40 • grana grattugiato g 30 • pinoli g 25 • peperone g 15 • aglio • olio extravergine di oliva*

■ Raccogliete nel bicchiere del frullatore il basilico, i pinoli, un piccolo spicchio di aglio senza buccia, il grana e g 80 di olio. Frullate finemente (pesto).

■ Pulite le sarde ricavando i filetti, ungeteli di olio su entrambi i lati, poi rosolateli in una padella antiaderente rovente per 1' per lato. Teneteli in caldo.

■ Riducete la carota a filetti e il peperone a tocchetti. Tritate la cipolla.

■ Rosolate la cipolla in g 30 di olio, poi unite la carota e il peperone, proseguite per un paio di minuti, poi aggiungete il riso, tostatelo per meno di un minuto, quindi iniziate a bagnare con il brodo caldo portando a cottura il risotto in 18' circa.

■ Distribuite il risotto nel piatto da portata, completatelo con i filetti di sarda e con il pesto, distribuito a gocce. Servite subito.

Vino *bianco secco, sapido, dal profumo floreale*
Garda Garganega, Colli del Trasimeno bianco scelto, Castel del Monte Chardonnay
Acqua *lievemente frizzante, minimamente mineralizzata, di gusto leggero e fresco*

PACCHERI CON CALAMARI, GAMBERI E COCCO FRESCO

MEDIA ••

Tempo: circa 35'

Ingredienti per 4: *• paccheri g 320 • calamari g 175 • code di gambero g 100 • pomodoro g 60 • cocco fresco g 30 • erba cipollina • prezzemolo tritato • olio extravergine di oliva • sale • pepe*

■ Pulite i calamari, tagliate in tocchi i tentacoli e riducete le sacche in anelli molto sottili.

■ Sgusciate le code di gambero, privatele del budellino nero e tagliatele in rocchetti.

■ Lessate i paccheri in abbondante acqua bollente salata (mediamente ci vogliono 14-16').

■ Intanto in una casseruola, coperchiata e sulla fiamma al minimo, stufate i tentacoli e gli anelli di calamari con g 60 di olio, un mestolo di acqua di cottura dei paccheri, il cocco tagliato a fettine sottili e qualche filo di erba cipollina tagliato a rondelle. Dopo 3' unite le code di gambero, un altro mestolo di acqua dei paccheri, poi unite i paccheri scolati e ancora un mestolo di acqua e ricoperchiate; dopo 1' togliete il coperchio, alzate la fiamma e fate ridurre il liquido per restringere un po' il sugo. Completate con una dadolata di pomodoro e un cucchiaio di prezzemolo.

■ Distribuite la pasta nei piatti, insaporitela con una macinata di pepe e, a piacere, con qualche fettina di cocco fresco. Servite subito.

Vino *bianco secco, sapido, dal profumo floreale*
Alto Adige Terlano Riesling, Val Polcevera Vermentino, Ischia Bianco superiore
Acqua *piatta, oligominerale, di gusto delicato e fine*

FUSILLI E ZUCCHINE CON PANE ALL'ACCIUGA

FACILE •

Tempo: circa 25'

Ingredienti per 4: *• zucchine g 400 • fusilli lunghi g 320 • pane casareccio (volendo anche raffermo) g 60 • 1 scalogno • pecorino romano • pasta di acciughe • burro • olio extravergine di oliva • sale*

■ Stemperate in una padella in 6 cucchiai di olio un paio di cucchiaini di pasta di acciughe; frullate non troppo finemente il pane, poi unitelo in padella nell'olio alle acciughe e rosolatelo sulla fiamma viva per 2-3' (pane all'acciuga).

■ Lessate i fusilli lunghi in abbondante acqua bollente salata (ci vorranno circa 10').

■ Grattugiate grossolanamente le zucchine, poi rosolatele per 5-6' in una padella con g 30 di olio, una noce di burro e lo scalogno tritato finemente. Salate, unite un mestolo di acqua di cottura della pasta e proseguite per altri 3'; infine aggiungete i fusilli, scolati leggermente al dente.

■ Saltate tutto insaporendo con 2 cucchiai di pecorino grattugiato.

■ Distribuite i fusilli lunghi nei piatti, completando ciascuno con il pane all'acciuga.

Vino *bianco giovane, secco, armonico, fragrante*
Soave, Pomino bianco, Verbicaro bianco
Acqua *piatta, oligominerale, di gusto delicato e fine*

Piatti e forchetta Bitossi Home, ciotolina Easy Life Design, tovaglioli Centrotavola. Indirizzi nell'ultima pagina.

paccheri con calamari, gamberi e cocco fresco

risotto con sarde arrostite e pesto

fusilli e zucchine con pane all'acciuga

sformatini di bucatini ripieni di stracciatella

DA SAPERE
I bucatini sono un formato di pasta allungato, a sezione rotonda e forato. Il diametro oscilla tra 2,6 e 2,9 millimetri. Se il diametro si riduce (mm 2,3-2,5), li sentirete chiamare con altri nomi: perciatellini, foratini, fidelini bucati, fide bucate. Sono ideali conditi con sughi a base di burro, pancetta, verdure o formaggi (come nella ricetta a lato).

SFORMATINI DI BUCATINI RIPIENI DI STRACCIATELLA

MEDIA ●●

Tempo: circa 50'

Ingredienti per 4: *• melanzana g 350 • bucatini g 320 • stracciatella (ripieno della burrata) g 100 • 10 pomodorini ciliegia • filetti di acciuga • peperoncino in polvere • origano • timo • prezzemolo • burro • olio extravergine • sale*

■ Lessate i bucatini in abbondante acqua bollente salata, scolateli al dente conservando l'acqua di cottura e conditeli con un paio di cucchiai di olio in modo che non si attacchino.

■ Dividete a metà la melanzana nel senso della lunghezza, incidetene la polpa con dei tagli incrociati, poi disponete le due metà dalla parte della polpa su una placca foderata di carta da forno unta di olio. Infornate a 200 °C per 10'. Sfornate la melanzana, ricavate la polpa e tritatela con il coltello. Profumatela con un trito fine di prezzemolo e timo, mescolatela con un mestolino di acqua di cottura della pasta e conditela con 3 cucchiai di olio, regolando di sale (battuto di melanzana).

■ Imburrate 4 stampini (ø cm 8,5, h cm 5), mettete un dischetto di carta da forno sul fondo e imburrate anche quello.

■ Accomodate i bucatini (tenetene da parte un paio di forchettate) negli stampini arrotolandoli sulla forchetta, create in ognuno un piccolo incavo al centro, farcitelo con g 25 di stracciatella e chiudete con il resto dei bucatini. Sigillate con un foglio di alluminio e infornate a 200 °C per 10' circa.

■ Sfornate gli sformatini e lasciateli riposare per 6-7' prima di sformarli.

■ In una padella rovente rosolate i pomodorini (senza privarli del picciolo) in 2 cucchiai di olio per 2-3' sulla fiamma viva.

■ Disponete gli sformatini nei piatti e completateli con una spolverata di origano e una di peperoncino, dosando il piccante a piacere. Decorate con filetti di acciuga tagliati a metà nel senso della lunghezza e i pomodorini rosolati. Accompagnate con il battuto di melanzana, servito in ciotoline a parte.

Vino *bianco giovane, secco, armonico, fragrante Oltrepò Pavese Cortese, Bianco di Pitigliano, Sambuca di Sicilia bianco*
Acqua *piatta, oligominerale, di gusto delicato e fine*

UMIDO DI VONGOLE CON SPAGHETTINI E POMODORINI

FACILE

Tempo: circa 35'

Ingredienti per 4: *• vongole spurgate kg 1 • spaghettini g 150 • carota g 40 • peperone verde g 40 • 12 pomodorini ciliegia • 1 cipollotto • prezzemolo • olio extravergine di oliva • sale*

■ Raccogliete le vongole in una casseruola con un cucchiaio di olio, portate sul fuoco, coperchiate e lasciate che si aprano (ci vorranno 5-7'); poi sgusciatele e filtrate il liquido di cottura attraverso un colino a maglia fine foderato di cotone idrofilo.

■ Lessate gli spaghettini in acqua bollente salata.

■ In una casseruola rosolate in g 20 di olio il cipollotto e la carota a rondelle e il peperone a dadini, dopo 2' unite le vongole sgusciate, il liquido di cottura filtrato e g 150 di acqua di cottura della pasta. Proseguite per 6-7' sulla fiamma vivace e poi spegnete (umido).

■ Rosolate i pomodorini tagliati a metà in g 30 di olio per 1', unite gli spaghettini, aggiustate di sale, se occorre, e dopo 1' spegnete.

■ Distribuite l'umido nei piatti, completandoli con gli spaghetti e i pomodorini e profumando con prezzemolo tritato.

Vino *bianco frizzante, sapore secco e fresco*
Colli Tortonesi Cortese frizzante, Colli Piacentini Trebbianino Val Trebbia, Tarquinia bianco frizzante
Acqua *piatta, oligominerale, di gusto delicato e fine*

MINESTRA FREDDA DI PATATE E MALTAGLIATI

FACILE

Tempo: circa 50'

Ingredienti per 4: *• patate g 600 • brodo vegetale g 250 • maltagliati freschi g 120 • pesto g 40 • 1 cipollotto • maggiorana • prezzemolo • olio extravergine di oliva • sale • pepe*

■ Lessate le patate, poi schiacciatele grossolanamente e raccoglietele nei piatti.

■ Rosolate il cipollotto a rondelle in 4 cucchiai di olio con un ciuffo di maggiorana e uno di prezzemolo tritati, dopo 2-3' bagnate con il brodo vegetale e fate bollire per 10' circa, quindi correggete di sale, se serve. Versate questo brodo nei piatti, sulle patate schiacciate che ormai saranno tiepide.

■ Lessate i maltagliati in acqua bollente salata (ci vorranno 2-3'), scolateli, conditeli con il pesto e distribuiteli nei piatti. Completate con un filo di olio e una macinata di pepe. Servite questa minestra a temperatura ambiente.

Vino *bianco giovane, secco, armonico, fragrante*
Trentino Müller-Thurgau, Bosco Eliceo bianco, Lizzano bianco
Acqua *piatta, oligominerale, di gusto delicato e fine*

umido di vongole con spaghettini e pomodorini

minestra fredda di patate e maltagliati

Molte altre ricette di primi su www.lacucinaitaliana.it

SCAMPI ALLA PIASTRA CON "SAOR" AL LIMONE E POMODORO

FACILE

Tempo: circa 30'

Ingredienti per 4: *• scampi kg 1,5 • pomodoro a dadini g 140 • cipolla bianca a fette g 120 • 1 limone • 1 spicchio di aglio tritato • prezzemolo • olio extravergine di oliva • pepe nero in grani*

■ Scaldate in una casseruola g 50 di olio e una cucchiaiata di grani di pepe pestati grossolanamente, rosolatevi la cipolla per un paio di minuti, poi unite g 200 di acqua e proseguite sulla fiamma media finché la parte acquosa non sarà evaporata. Unite quindi l'aglio, il succo del limone e un cucchiaio di prezzemolo tritato. Spegnete e completate con il pomodoro ("saor").

■ Tagliate a metà gli scampi nel senso della lunghezza e privateli del budellino nero. Ungeteli leggermente di olio e arrostiteli sulla piastra rovente per 2-3' per lato.

■ Accomodate gli scampi nei piatti e distribuite sopra il "saor", ormai tiepido. Servite subito.

Vino *bianco giovane, secco, armonico, fragrante*
Riviera del Garda Bresciano bianco, Friuli Latisana Verduzzo friulano, Guardiolo Falanghina
Acqua *piatta, oligominerale, di gusto delicato e fine*

CALAMARI STUFATI CON FAGIOLI CANNELLINI

FACILE

Tempo: circa 35'

Ingredienti per 4: *• calamari puliti con i loro tentacoli g 600 • cannellini lessati g 250 • aglio • prezzemolo • olio extravergine di oliva • sale • pepe*

■ Aprite le sacche dei calamari ottenendo dei triangoli. Incideteli con tagli obliqui incrociati. Lasciate i tentacoli interi.

■ Rosolate le sacche e i ciuffi in g 70 di olio con 3 spicchi di aglio senza buccia e un ciuffo di prezzemolo sulla fiamma al massimo per 2-3'. Eliminate il ciuffo di prezzemolo e l'aglio e unite i cannellini; bagnate con g 400 di acqua calda, salate, pepate, riducete la fiamma e cuocete per 12-15'.

■ Distribuite nei piatti e completate con olio crudo.

Vino *bianco secco, sapido, dal profumo floreale*
Riviera del Brenta Pinot grigio,
Vernaccia di San Gimignano, Sannio Greco
Acqua *piatta, mineralizzata, di gusto pieno e morbido*

TRANCI DI RICCIOLA ARROSTITI CON PEPERONE E CIPOLLA

FACILE

Tempo: circa 25'

Ingredienti per 4: *• filetti di ricciola g 650 • cipolla bianca g 150 • peperone rosso g 150 • burro • salvia • prezzemolo tritato • basilico tritato • timo "limoncino" • olio extravergine di oliva • sale*

■ Riducete la ricciola in 8 tranci e praticate dalla parte della pelle due tagli paralleli, ortogonali al filetto stesso. Rosolate i tranci in padella con g 20 di olio, g 20 di burro e una foglia di salvia, prima dal lato della polpa e dopo 2' cuoceteli per lo stesso tempo dal lato della pelle. Togliete la ricciola dalla padella e tenetela da parte.

■ Tagliate in listerelle il peperone e la cipolla e rosolateli per 2-3' nella stessa padella della ricciola con il fondo di cottura. Salate e spegnete e unite basilico e prezzemolo.

■ Servite subito con i tranci di ricciola e completate decorando con rametti di timo "limoncino".

Lo chef dice che: *come il timo comune, il* Thymus x citriodorus, *detto anche "limoncino" o "limonato", ha foglie aromatiche di colore verde oliva; si differenzia però nel profumo più delicato e con sentori di limone.*

Vino *bianco secco, sapido, dal profumo floreale*
Colli Orientali del Friuli Friulano, Torgiano Chardonnay, Santa Margherita di Belice Catarratto
Acqua *piatta, mineralizzata, di gusto pieno e morbido*

PESCATRICE E GAMBERI ALL'ACQUA PAZZA _ricetta richiesta

FACILE

Tempo: circa 20'

Ingredienti per 4: *• polpa di pescatrice a dadi g 300 • code di gambero sgusciate g 200 • piselli g 50 • 12 pomodorini ciliegia • 4 cipollotti a rondelle • 2 spicchi di aglio • mazzetto aromatico (basilico, menta, maggiorana, dragoncello) • vino bianco secco • olio extravergine • sale • pepe in grani*

■ Raccogliete in casseruola pescatrice, cipollotti, mazzetto aromatico, aglio, piselli, i pomodorini spremuti tra le mani, alcuni grani di pepe, sale, g 50 di vino e g 20 di olio. Coperchiate e cuocete per 7-8'; unite i gamberi e dopo 4' spegnete. Servite subito.

Vino *bianco giovane, secco, armonico, fragrante*
Valdadige Pinot bianco, Val d'Arbia bianco, Salaparuta Inzolia
Acqua *piatta, oligominerale, di gusto delicato e fine*

Piatti Bitossi Home, tovaglioli Centrotavola. Indirizzi nell'ultima pagina.

calamari stufati con fagioli cannellini

scampi alla piastra con "saor" al limone e pomodoro

tranci di ricciola arrostiti con peperone e cipolla

Amore a prima vista

Dal 1913, qui in Calabria, noi Callipo scegliamo il tonno della qualità più pregiata e, dopo averlo cotto a vapore, selezioniamo i tranci migliori, uno a uno, come vuole la tradizione, per ricavare i nostri filetti. Sodi, gustosi, inconfondibili. Poi li mettiamo in un vasetto di vetro, così come abbiamo iniziato a fare tanti anni fa perché orgogliosi di mostrarli. E, solo al termine di una lunga stagionatura sott'olio, li lasciamo partire verso la vostra tavola. Adesso gustateli voi. Lentamente, senza fretta: ci piace pensare che dove finisce la nostra passione cominci la vostra.

Trasparenti. Prima di tutto.

Made in Italia, dal 1913

callipo.com

3D comunicazione

SPIEDINI SAPORITI DI SEPPIE E CIPOLLA

MEDIA ••

Tempo: circa 1 ora

Ingredienti per 4: *• 4 grosse seppie g 800 • 2 grosse cipolle rosse g 400 circa • limone • rosmarino • vino bianco secco • olio extravergine di oliva • sale • pepe*

■ Pulite le seppie: privatele del loro osso; poi, lavorando sotto un filo di acqua, separate le teste con i tentacoli dai corpi (sacche) ed eliminate i visceri e la sacca del nero. Dividete le sacche in tre parti nel senso della lunghezza. Lessate i tentacoli in acqua bollente senza sale per 20', poi scolateli e divideteli a metà.

■ Tagliate le cipolle in 6 spicchi e divideteli in guaine.

■ Accoppiate due spiedini e infilzatevi, alternandoli, cipolle, tentacoli e sacche. Fate così altri 3 spiedini.

■ Rosolate gli spiedini in padella con 2 cucchiai di olio per 2-3', poi bagnate con mezzo bicchiere di vino, coperchiate, riducete la fiamma e cuocete per 15'. Salate alla fine. Profumate con un trito fine di rosmarino e una macinata di pepe.

■ Servite completando con un filo di olio crudo, fettine di limone e, a piacere, con insalata di stagione.

Vino *bianco secco, sapido, dal profumo floreale*
Vicenza Manzoni bianco, Terre di Casole bianco, Delia Nivolelli Grillo
Acqua *piatta, mineralizzata, di gusto pieno e morbido*

spiedini saporiti di seppie e cipolla

BOCCONCINI DI SPADA AL LATTE DI COCCO

MEDIA ••

Tempo: circa 30' più la marinatura

Ingredienti per 4: *• pesce spada g 450 • latte di cocco g 400 più un po' • 1 cipollotto pulito g 100 • semola di grano duro • rosmarino • maggiorana • menta • peperoncino • olio extravergine di oliva • sale*

■ Tagliate il pesce spada in dadini di cm 2 di lato, raccoglieteli in una ciotola, bagnateli con il latte di cocco e lasciateli marinare per 2 ore circa.

■ Affettate il cipollotto, soffriggetelo con un paio di rametti di rosmarino in g 150 di olio, quindi, con la schiumarola, scolatelo su carta da cucina ed eliminate il rosmarino.

■ Scolate i dadini di spada dalla marinata, impanateli nella semola e friggeteli fino a completa doratura nell'olio del cipollotto. Scolateli poi sulla carta da cucina.

■ Tritate finemente peperoncino, maggiorana, menta e mescolate questo trito con un cucchiaio di olio e 2 di latte di cocco (olio aromatico).

■ Salate i dadini di spada e serviteli con il cipollotto, condendo tutto con l'olio aromatico.

Vino *bianco secco, sapido, dal profumo floreale*
Bianco di Custoza superiore, Colli Bolognesi Sauvignon, San Severo bianco
Acqua *lievemente frizzante, minimamente mineralizzata, di gusto leggero e fresco*

bocconcini di spada al latte di cocco

Molte altre ricette di pesce su www.lacucinaitaliana.it

CUPOLETTE DI BRANZINO CON ZUCCHINE E OLIVE

MEDIA ●●

1

2

3

4

5

6

Tempo: circa 1 ora

Ingredienti per 4: *• branzino g 850 • zucchine g 380 • peperone rosso g 100 • carota g 50 • sedano g 50 • 1 cipollotto • 1 limone • olive taggiasca snocciolate • olio extravergine di oliva • sale.*
Court-bouillon: • 1 gambo di sedano • 1 carota • 1 cipolla • alloro • vino bianco secco

■ **1** Preparate il court-bouillon: in una pesciera raccogliete carota, sedano e cipolla in tocchi, coprite di acqua, profumate con un bicchiere di vino bianco e una foglia di alloro. Immergete il branzino eviscerato e lessate per 5' dal bollore, poi lasciate intiepidire nel brodo.

■ **2** In una padella capace in g 80 di olio rosolate sulla fiamma vivace per meno di 1' il cipollotto, la carota, il peperone e il sedano tagliati in listerelle e 2 cucchiai di olive. Salate e spegnete.

■ **3** Tagliate le zucchine in 24 nastri (l'ideale sarebbe usare la mandolina) e cuocetele sulla piastra rovente per meno di 1' per lato.

■ **4** Scolate il branzino dal brodo, sfilettatelo ed elimiate le lische.

■ **5** Unite le verdure al pesce e bagnate con il succo dell'intero limone (ripieno).

■ **6** Foderate una ciotolina (ø cm 11, h cm 5) con 4 nastri di zucchina incrociati in modo che una parte fuoriesca; farcite con il ripieno (tenetene da parte un po' per la decorazione), chiudete rimboccandovi sopra i lembi di zucchina debordanti e sformate la cupoletta nel piatto. Preparate così altre tre cupolette. Completate avvolgendo attorno alla base di ogni cupoletta due nastri di zucchina piegati a metà per il lungo e decoratene la sommità con un cucchiaino di ripieno. A piacere completate i piatti con una dadolata fine di pomodoro e di carota e con qualche ramoscello di timo, e servite subito, a temperatura ambiente.

Vino *bianco secco, sapido, dal profumo floreale*
Alto Adige Valle Venosta Chardonnay,
Verdicchio dei Castelli di Jesi, Fiano di Avellino
Acqua *piatta, oligominerale, di gusto delicato e fine*

Piatti e forchetta Bitossi Home, tovagliolo Centrotavola. Indirizzi nell'ultima pagina.

TORTA DI MELANZANE

FACILE

Tempo: circa 1 ora e 10'

Ingredienti per 6-8: *• 2 melanzane g 800 • disco di pasta sfoglia g 235 • grana grattugiato g 40 • capperi sotto sale g 20 • 1 peperone rosso arrostito • 1 rondella di pomodoro • basilico • olio extravergine di oliva • sale*

■ Sbucciate le melanzane e tagliatele a rondelle di cm 0,5. Ungete le rondelle, salatele leggermente e cuocetele sulla griglia ben calda per 30 secondi per lato: dovranno ammorbidirsi, ma senza asciugarsi.

■ Foderate con la pasta sfoglia una tortiera di cm 22 di diametro, riempitela a strati con le rondelle di melanzana, cospargendo ogni strato di grana grattugiato, foglie di basilico spezzettate e un filo di olio. Mettete al centro dell'ultimo strato la rondella di pomodoro, spolverizzate ancora di grana e condite con un filo di olio. Infornate la torta a 220 °C per 45' circa. Se durante la cottura la superficie dovesse scurirsi troppo, coprite la torta con un foglio di carta da forno.

■ Sciacquate i capperi e teneteli a bagno per almeno una decina di minuti. Scolateli, strizzateli e tritateli con il peperone arrostito, preparando una salsa che accompagnerà la torta.

Lo chef dice che: le bucce di melanzana non si buttano via perché possono essere utilizzate in vari modi. Si fanno in agrodolce, come nella ricetta richiesta della pagina seguente, oppure, tagliate a strisce molto sottili, si friggono e si usano per completare una semplice pasta o un risotto leggero o si servono come snack con l'aperitivo.

Vino *bianco giovane, secco, armonico, fragrante*
Colli Euganei bianco, Val di Cornia Vermentino, Campi Flegrei bianco
Acqua *piatta, oligominerale, di gusto delicato e fine*

INSALATA AROMATICA CON SALSA DI POMODORO CRUDO

FACILE

Tempo: circa 25'

Ingredienti per 4: *• piattoni verdi g 250 • zucchina g 130 • cipolla di Tropea g 100 • pomodoro g 100 • 4 filetti di acciuga sott'olio • aneto • aceto • olio extravergine di oliva • sale*

■ Spuntate i piattoni e lessateli in abbondante acqua bollente non salata per 10-12': più sono freschi e più velocemente cuociono. Scolateli, lasciateli intiepidire e apriteli in due per il lungo.

■ Tagliate a rondelle sottili la zucchina. Affettate la cipolla a rondelle molto sottili (per ottenere fette sottilissime l'ideale sarebbe usare la mandolina).

■ Tagliate a pezzi il pomodoro, mettetelo nel frullatore con 2 cucchiai di olio, uno di aceto, un pizzico di sale e un ciuffo di aneto. Frullate fino a ottenere una salsa.

■ Mescolate le verdure, unite i filetti di acciuga, divisi per il lungo, e servite condendo l'insalata con la salsa di pomodoro.

Lo chef dice che: se volete attenuare il sapore della cipolla, dopo averla affettata immergetela in acqua fredda e lasciatela spurgare per almeno 10'.

Vino *bianco secco, leggermente aromatico*
Canavese bianco, Corti Benedettine del Padovano bianco, Mamertino bianco
Acqua *piatta, minimamente mineralizzata, di gusto leggero*

"CROSTINI" DI PATATE E PEPERONI

FACILE

Tempo: circa 40'

Ingredienti per 4: *• peperone rosso g 100 • peperone giallo g 100 • peperone verde g 100 • 3 patate medie • capperi sotto sale • grana grattugiato • prezzemolo • olio extravergine di oliva • sale*

■ Lavate bene le patate e tagliatele a fette di mm 3-4, senza sbucciarle. Tagliate i peperoni a quadrotti poco più piccoli delle fette di patata.

■ Sciacquate un cucchiaio di capperi; lasciateli a bagno una decina di minuti, poi scolateli e tritateli. Tritate anche un ciuffetto di prezzemolo e mescolatelo con i capperi e 2 cucchiai di grana (trito).

■ Appoggiate le fette di patata su una placca coperta di carta da forno, salatele e su ognuna mettete un quadrotto di peperone e un cucchiaino di trito.

■ Fissate il peperone alla patata con uno stecchino, irrorate di olio e infornate a 200 °C per una decina di minuti. Questi "crostini" sono buoni da mangiare sia caldi sia a temperatura ambiente.

Vino *bianco secco, leggermente aromatico*
Coste della Sesia bianco, Golfo del Tigullio bianco, Assisi bianco
Acqua *piatta, minimamente mineralizzata, di gusto leggero*

Piatti bianchi e colorati Bitossi Home, ciotoline Easy Life Design, tovaglioli Centrotavola. Indirizzi nell'ultima pagina.

torta di melanzane

insalata aromatica con salsa di pomodoro crudo

"crostini" di patate e peperoni

rondelle di melanzana alla pizzaiola

DA SAPERE
Per un ottimo risultato delle ricette a base di melanzane lunghe, tonde, viola o bianche è molto importante la loro freschezza. Per valutarla occorre controllare che siano ben sode e dure al tatto, lucide e prive di macchie; inoltre il taglio del picciolo deve essere fresco.

RONDELLE DI MELANZANA ALLA PIZZAIOLA

FACILE

Tempo: circa 45'

Ingredienti per 4: *• 2 melanzane lunghe g 500 • olive di Gaeta g 75 • 3 pomodori maturi • origano secco • olio extravergine di oliva • sale • pepe*

■ Spuntate le melanzane e tagliatele a rondelle spesse cm 3 circa, ottenendone 8. Tagliate i pomodori a rondelle di cm 1 circa, ottenendone 12. Foderate di carta da forno una placca, disponetevi le rondelle di melanzana, salate e pepate, e le rondelle di pomodoro, salate e spolverizzate di origano. Infornate a 200 °C.

■ Dopo 15' togliete dal forno le rondelle di pomodoro e proseguite la cottura delle melanzane per altri 5'.

■ Schiacciate delicatamente le olive con il batticarne, eliminate i noccioli e battetele con il coltello con 4 fette di pomodoro cotto (scegliete le fette di pomodoro più irregolari, le più belle serviranno per il piatto finale); mescolate questo battuto con un cucchiaio scarso di olio e con altro origano a piacere.

■ Mettete su ogni fetta di pomodoro una rondella di melanzana, un cucchiaino di battuto di olive, irrorate con olio e servite con il resto del battuto a parte.

Vino *bianco frizzante, sapore secco e fresco*
Oltrepò Pavese Riesling frizzante, Colli Bolognesi classico Pignoletto, Nuragus di Cagliari frizzante secco
Acqua *piatta, oligominerale, di gusto delicato e fine*

BUCCE IN AGRODOLCE_ricetta richiesta

FACILE

Tempo: circa 15'

Ingredienti per 4: *• 2 melanzane g 800 • zucchero • aceto bianco • peperoncino • prezzemolo • olio extravergine di oliva • sale*

■ Sbucciate le melanzane, lasciando attaccato alla buccia mm 1 di polpa; tagliate le bucce a filetti (potete utilizzare le bucce avanzate della ricetta della torta di melanzane nella pagina che apre questa sezione).

■ Saltate i filetti per 3' con 2 cucchiai di olio, sfumate con un dito di aceto, unite un cucchiaio scarso di zucchero e saltate ancora per 1'. Spegnete, salate e completate con prezzemolo tritato e peperoncino a piacere. Ottimo accompagnamento di carni fredde.

Vino *bianco giovane, secco, armonico, fragrante*
Val di Cornia bianco, Colli di Luni bianco, Scavigna bianco
Acqua *piatta, oligominerale, di gusto delicato e fine*

CRUDITÀ CON CREMA DI MOZZARELLA

FACILE •

Tempo: circa 15'

Ingredienti per 4: *• falde di peperone rosso, verde, giallo g 150 • carota g 100 • finocchio g 100 • mozzarella g 100 • 2 pomodori costoluti • lattughini g 50 • latte g 50 • olio extravergine di oliva g 30 • sale*

■ Tagliate a spicchietti sottili i pomodori. Raschiate la carota e tagliatela a bastoncini, così come le falde di peperone e il finocchio.

■ Frullate la mozzarella a fettine con il latte, l'olio e appena un pizzico di sale fino a ottenere una crema.

■ Distribuite nei piatti la verdura tagliata, completando con i lattughini e servite con la crema di mozzarella. A piacere potete arricchire la preparazione con crostini di pane casareccio tostati.

Vino *bianco secco, leggermente aromatico*
Monti Lessini bianco, Bianco della Valdinievole, Martina Franca
Acqua *piatta, minimamente mineralizzata, di gusto leggero*

CONCHIGLIE DI CIPOLLA RIPIENE DI VERDURE

MEDIA ••

Tempo: circa 1 ora

Ingredienti per 4: *• cipolle bianche medie g 500 • zucchine novelle g 300 • melanzana g 300 • grana grattugiato g 30 • 2 fette di pancarré • basilico • prezzemolo • olio extravergine di oliva • sale*

■ Eliminate le calotte delle cipolle, sbucciatele e praticate un'incisione verticale, penetrando fino al centro del bulbo. Mettete le cipolle in pentola, copritele di acqua, salate e cuocetele per 10' circa dal bollore: dovranno rimanere al dente. Scolatele e fatele intiepidire.

■ Sbucciate parzialmente la melanzana, tagliatela in rondelle spesse cm 0,5 e disponetele su un vassoio.

■ Spuntate le zucchine e affettatele per il lungo. Allargate le fette su un vassoio. Salate leggermente e ungete zucchine e melanzane e cuocetele poi sulla griglia ben calda per un paio di minuti per lato.

■ Sfogliate delicatamente le cipolle ricavando 12 guaine intere. Tritate separatamente con il coltello le zucchine e le melanzane e mescolatele con il grana e basilico tritato (ripieno). Allargate le guaine di cipolla, farcitele con il ripieno e ricomponetele infine chiudendole a conchiglia.

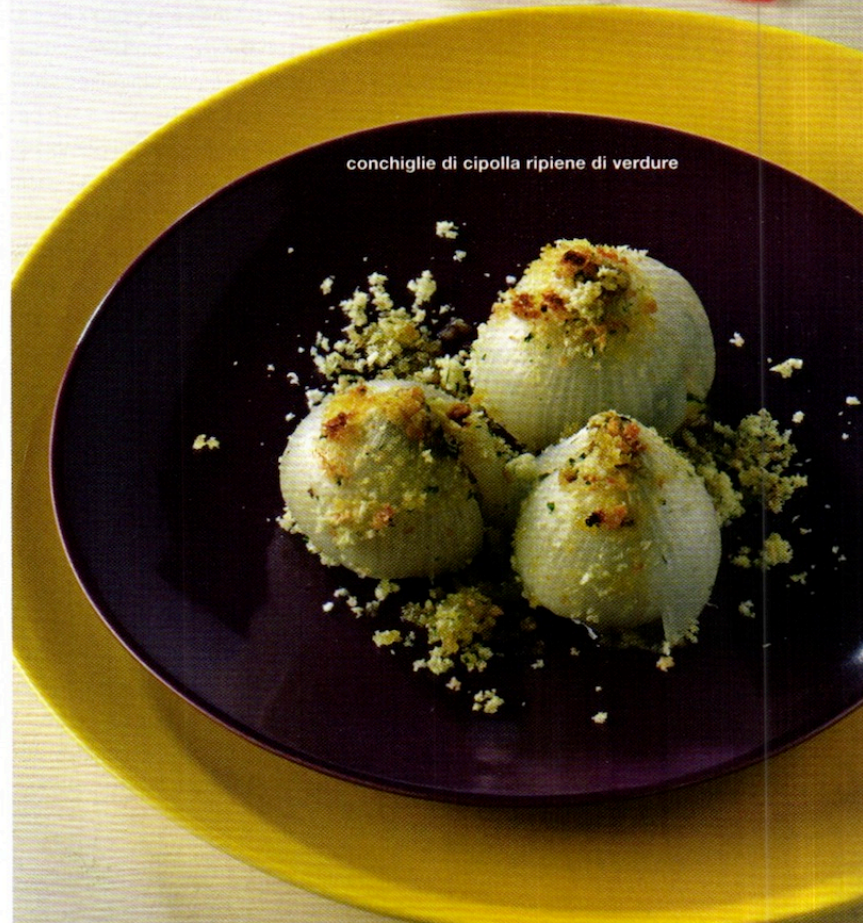
■ Mettete in una pirofila le cipolle, conditele con un filo di olio e cospargetele con il pane, tritato con un ciuffo di prezzemolo. Infornate sotto il grill fino a doratura.

Lo chef dice che: potete infornare i cuori delle cipolle insieme con le conchiglie e utilizzarli per arricchire una salsa.

Vino *bianco giovane, secco, armonico, fragrante*
Colli Berici Garganega, Elba bianco, Pentro di Isernia bianco
Acqua *piatta, oligominerale, di gusto delicato e fine*

Molte altre ricette di verdure su www.lacucinaitaliana.it

crudità con crema di mozzarella

conchiglie di cipolla ripiene di verdure

PETTO DI POLLO RIPIENO, IMPANATO E FRITTO

MEDIA ••

Tempo: circa 45'

Ingredienti per 6: *• petto di pollo g 800 • melanzana g 200 • peperone verde dolce g 100 • pomodoro g 100 • porro g 60 • 1 uovo • grana grattugiato • pangrattato • farina • olio extravergine e di arachidi • sale • pepe*

■ Tagliate a cubetti la melanzana, a pezzetti il peperone e a fettine il porro. Scaldate in padella un cucchiaio di olio extravergine, unite il porro, poi la melanzana e, dopo 1', il peperone. Cuocete le verdure per 2', salate, pepate, spegnete e fate intiepidire.

■ Dividete in due il petto di pollo, eliminate l'ossicino centrale e incidete le due metà con un coltello lungo, affilato e con la punta, creando una tasca.

■ Mescolate le verdure con il pomodoro, pelato, svuotato e tagliato a dadini, due cucchiai di grana e un pizzico di sale. Riempite le due metà del petto di pollo con l'aiuto di una tasca da pasticciere, senza bocchetta, e chiudete ognuna con due stecchini incrociati.

■ Passate il pollo nella farina, nell'uovo battuto e nel pangrattato. Scaldate in una profonda padella un dito abbondante di olio di arachidi, immergetevi i due mezzi petti ripieni e friggeteli a fuoco moderato per 15', girandoli spesso per non scurirli troppo. Scolateli, salateli e serviteli a piacere con insalata e fettine di limone.

Vino *bianco frizzante, sapore secco e fresco*
Oltrepò Pavese Pinot nero frizzante, Colli Piacentini Ortrugo frizzante, Circeo bianco frizzante
Acqua *lievemente frizzante, minimamente mineralizzata, di gusto leggero e fresco*

SUSHI DI CARNE

PER ESPERTI •••

Tempo: circa 1 ora

Ingredienti per 4: *• polpa di manzo g 200 • fettine di carpaccio di manzo g 150 • riso Carnaroli g 150 • 4 belle foglie di bietola • 2 pomodori • 1 cetriolo • mezzo avocado • aceto bianco • peperoncino fresco • olio extravergine di oliva • sale*

■ Lavate il riso finché l'acqua non sarà limpida. Mettete in casseruola il riso con g 200 di acqua e, dal bollore, cuocetelo coperto per 15-16': avrà assorbito il liquido e sarà cotto; trasferitelo in una ciotola, conditelo con sale e mezzo cucchiaio di aceto e lasciatelo raffreddare.

■ Sbucciate il cetriolo, tagliatelo a filetti e mettetelo a bagno in acqua e ghiaccio. Tagliate a pezzetti i pomodori, conditeli con olio, sale e peperoncino. Tagliate a cubetti g 100 di polpa di manzo; battete con il coltello il resto.

■ Scottate per 1' le bietole e allargatele, leggermente accavallate, su un foglio di pellicola unto di olio formando una striscia. Spalmate 1/3 del riso sulla striscia di bietole e distribuite nel centro un filoncino di polpa di manzo battuta, lungo come la striscia. Arrotolate tutto con l'aiuto della pellicola, sigillate e premete delicatamente per dare compattezza e una forma regolare a tutto il rotolino.

■ Su un altro foglio di pellicola unto, stendete, leggermente accavallate, le fettine di carpaccio, spalmatevi 1/3 del riso e distribuite nel centro, per tutta la lunghezza, l'avocado tagliato a bastoncini. Arrotolate come per il rotolino di bietole.

■ Con il riso rimasto formate 8 "polpette" rettangolari, spolverizzatele di peperoncino tritato fine e copritele con la polpa di manzo a cubetti.

■ Dividete in 4 il rotolino di bietole, in 8 quello di carpaccio. Servite questo sushi con le "polpette" di riso, accompagnandolo con il cetriolo, scolato e non condito, e il pomodoro. La difficoltà di questa ricetta sta nella manualità richiesta dalla preparazione.

Vino *rosato secco, fragrante, di buona acidità*
Alto Adige Lagrein rosato, Sovana rosato, Castel San Lorenzo rosato
Acqua *lievemente frizzante, oligominerale, di gusto delicato, fine e poco pungente*

CUPOLETTE DI VITELLO E MOZZARELLA

FACILE •

Tempo: circa 20'

Ingredienti per 4: *• 2 mozzarelle da g 250 cad. • 4 larghe fettine di vitello g 320 • 2 fette di pane pugliese • 1 uovo • olio extravergine di oliva • sale • pepe*

■ Battete le fettine di vitello allargandole, salatele e pepatele. Dividete in due le mozzarelle e avvolgete ogni metà in una fettina di carne, formando 4 cupolette.

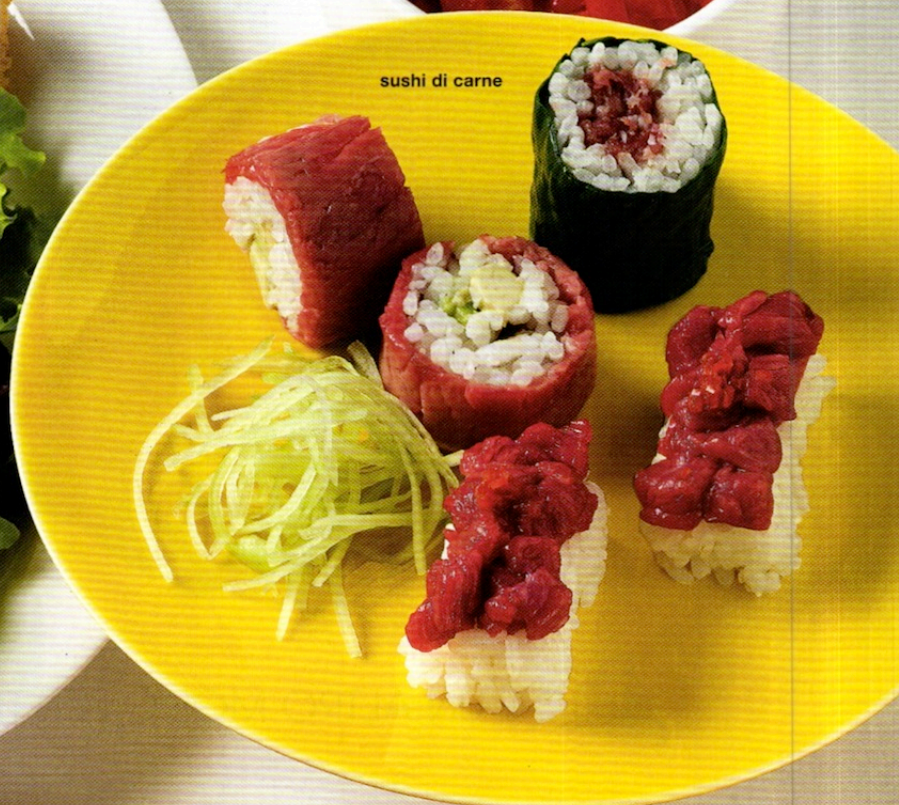
■ Coprite di carta da forno una placca, disponetevi sopra le cupolette che pennellerete con l'uovo battuto.

■ Spezzettate la mollica del pane pugliese e con queste briciole coprite le cupolette. Ungete con un filo di olio e infornate a 200 °C per 5'. Sfornatele e servitele subito decorandole a piacere con foglie di basilico.

Vino *bianco secco, sapido, dal profumo floreale*
Carso Malvasia Istriana, Colli Altotiberini Grechetto, Alcamo bianco classico
Acqua *lievemente frizzante, minimamente mineralizzata, di gusto leggero e fresco*

Piatti Bitossi Home, ciotolina Easy Life Design, coltelli Opinel, tovaglioli Centrotavola. Indirizzi nell'ultima pagina.

sushi di carne

petto di pollo ripieno, impanato e fritto

cupolette di vitello e mozzarella

FRITTATA DI SPAGHETTI E ZUCCHINE

FACILE

Tempo: circa 45'

Ingredienti per 4: *• spaghetti g 180 • 6 uova • 3 zucchine medie • menta • latte • olio extravergine di oliva • sale • pepe*

■ Mettete a cuocere gli spaghetti e intanto riducete a striscioline la parte verde delle zucchine (la polpa potrà servire per una crema di zucchine e per arricchire un minestrone).

■ Scolate gli spaghetti, conditeli con un cucchiaio di olio e allargateli su un vassoio a raffreddare.

■ Scaldate in padella un cucchiaio di olio, saltatevi il verde di zucchina velocemente e a fuoco alto. Togliete le striscioline di zucchina dalla padella e mescolatele con alcune foglie di menta spezzettate.

■ Mescolate 2/3 delle zucchine con gli spaghetti (tenetene da parte un paio di forchettate) e le uova battute con 2-3 cucchiai di latte e un pizzico di sale e di pepe. Versate in una tortiera antiaderente (ø cm 20), leggermente unta, e infornate a 180 °C per 20'. Servite la frittata con le zucchine e gli spaghetti rimasti, mescolati e conditi con un filo di olio e foglie di menta.

Lo chef dice che: questa ricetta è una variante di un classico piatto napoletano, nato per ricuperare la pasta avanzata. La frittata si può quindi preparare anche con gli spaghetti rimasti, sostituendo a piacere alle zucchine altre verdure di stagione: peperoni in estate, carciofi o zucca in inverno.

Vino *bianco giovane, secco, armonico, fragrante Gambellara classico, Val di Chiana Chardonnay, Lamezia bianco*
Acqua *piatta, oligominerale, di gusto delicato e fine*

frittata di spaghetti e zucchine

MINI HAMBURGER SU PEPERONI

FACILE

Tempo: circa 25'

Ingredienti per 4: *• carne trita di manzo g 500 • falde di peperone rosso g 80 • falde di peperone giallo g 80 • 2 cipollotti • semi di sesamo • vino Grignolino • olio extravergine di oliva • sale • pepe*

■ Tagliate i peperoni a fettine molto sottili, affettate i cipollotti. Mescolate la carne con un pizzico di sale, una macinata di pepe e due cucchiai di Grignolino. Formate 12 mini hamburger che cuocerete in padella, con un filo di olio, per 1' per lato: devono restare al sangue.

■ Togliete gli hamburger dalla padella, tenendoli al caldo, e nella stessa rosolate un abbondante cucchiaio di semi di sesamo con i cipollotti.

■ Mescolate i peperoni affettati con i cipollotti al sesamo, distribuiteli nei piatti e completate con 3 mini hamburger a persona.

Vino *rosso secco, vinoso, leggero di corpo Trentino Marzemino, Colli di Luni rosso, Salaparuta Nero d'Avola*
Acqua *frizzante, minimamente mineralizzata, di gusto leggero e citrino*

mini hamburger su peperoni

Molte altre ricette di secondi su www.lacucinaitaliana.it

ARROSTO DI LONZA IN CROSTA AROMATICA

MEDIA ••

1

2

3

4

5

6

Tempo: circa 1 ora e 30'

Ingredienti per 8: *• lonza di maiale kg 1,5 • sale grosso kg 1 • olio extravergine di oliva g 130 • pane g 40 • mandorle pelate g 25 • 3 albumi • rosmarino • timo • prezzemolo • basilico • erba cipollina • aceto bianco • sale fino*

■ **1** Ripulite la carne da tessuto connettivo e grasso.

■ **2** Scaldate 2 cucchiai di olio in una larga padella, rosolatevi la lonza su tutta la superficie, compresi i due lati del taglio; quando si sarà ben colorita, toglietela dalla padella e lasciatela intiepidire.

■ **3** Tritate finemente le foglie di 5-6 rametti di timo con gli aghi di un rametto di rosmarino. "Stracciate" gli albumi con la frusta, senza montarli. Mescolate il trito in una larga ciotola con il sale grosso, aggiungete, impastando, anche l'albume: otterrete un composto omogeneo e morbido.

■ **4** Foderate il fondo di una teglia, leggermente più grande dell'arrosto, con carta da forno e stendetevi sopra uno strato di sale rettangolare alto cm 0,5. Appoggiate sullo strato di sale la lonza ormai fredda, copritela tutta con il resto del sale, premendolo bene su tutta la superficie e saldandolo alla base. Infornate a 200 °C per 40' circa. Se possedete un termometro da carne, controllate la temperatura al cuore: a fine cottura dovrà essere di 75 °C. Infine sfornate l'arrosto e lasciatelo poi riposare per 10'.

■ **5** Spezzettate il pane e bagnatelo con 2-3 cucchiai di aceto. Spezzettate le mandorle con il coltello. Mettete nel bicchiere del mixer il pane leggermente strizzato, le mandorle, un ciuffo di prezzemolo, una decina di foglie di basilico, una decina di fili di erba cipollina, un pizzico di sale fino e l'olio rimasto. Frullate fino a ottenere una salsa non troppo omogenea.

■ **6** Incidete la crosta di sale lungo la linea superiore mediana con la punta affilata di un coltellino, sollevatela e staccatela dalla carne. Tagliate l'arrosto a fettine sottili e servitelo con la salsa alle erbe.

Vino *rosso secco, fruttato, moderato invecchiamento Valpolicella classico, Cesanese del Piglio, Cannonau di Capo Ferrato*
Acqua *lievemente frizzante, mineralizzata, di gusto pieno, fresco e sapido*

Piatti Bitossi Home, coltello Opinel, ciotolina Easy Life Design, tovagliolo Centrotavola. Padella Moneta. Indirizzi nell'ultima pagina.

MERINGATA AI LAMPONI

PER ESPERTI ●●●

Tempo: circa 4 ore più il raffreddamento

Ingredienti per 8: *• panna fresca g 500 • zucchero semolato g 475 • lamponi g 400 • albumi g 250 • zucchero a velo g 250 • latte g 250 • farina g 25 • gelatina in fogli g 5 • 3 tuorli • succo di limone • sale*

■ Montate gli albumi con g 250 di zucchero semolato, un pizzico di sale e qualche goccia di succo di limone; poi unite lo zucchero a velo e continuate a montare fino a quando la meringa non sarà compatta. Raccoglietela in una tasca da pasticciere con la bocchetta liscia (ø cm 0,8) e distribuitela su due placche foderate di carta da forno così da formare 3 quadrati (cm 16): due fatti di ciuffetti accostati l'uno all'altro e uno con la parte centrale liscia e il bordo di ciuffetti. Infornateli a 100 °C per 3 ore. Dovranno asciugarsi senza colorirsi.

■ Mescolate i tuorli con g 75 di zucchero semolato, poi con la farina; scaldate il latte. Versatelo sui tuorli e riportate sul fuoco mescolando per 3-4' dal bollore (crema).

■ Portate a ebollizione g 150 di zucchero semolato con g 150 di acqua, poi unite g 200 di lamponi, dopo 2-3' togliete dal fuoco, frullate, riportate ancora sul fuoco, fate riprendere il bollore e infine filtrate; fate raffreddare il frullato, poi unitene g 40 alla crema; unite la gelatina ammollata, strizzata e sciolta sul fuoco al resto del frullato (salsa di lamponi).

■ Montate la panna e unite anch'essa alla crema, raccoglietela in una tasca da pasticciere con la bocchetta liscia (ø cm 0,5) e mettetela in frigo per 10-12'.

■ Adagiate uno dei due quadrati di meringa fatto di soli ciuffetti (ormai freddo) sul piatto da portata e coprite tutta la superficie con ciuffetti di crema, appena tolta dal frigo. Fate un giro di lamponi e poi un altro strato di ciuffi di crema e briciole di meringa, ricavate spezzettando l'altro quadrato di soli ciuffetti. Sovrapponete il quadrato di meringa con la parte liscia al centro e decoratene il perimetro con la crema e i lamponi rimasti.

■ Completate colando al centro la salsa di lamponi. Fate riposare in frigo per almeno 1 ora prima di servire.

Vino *aromatico dolce dal profumo di fiori ed erbe*
Brachetto d'Acqui, Vernaccia di Serrapetrona dolce
Acqua *piatta, minimamente mineralizzata, di gusto leggero*

GELATINA DI FICHI, YOGURT GRECO E NOCI

FACILE ●

Tempo: circa 30' più il raffreddamento

Ingredienti per 4: *• fichi g 600 • yogurt greco g 340 • gherigli di noce sbriciolati g 40 • gelatina in fogli g 5 • succo di limone*

■ Pelate g 500 di fichi e frullateli con il succo di mezzo limone.

■ Sciogliete la gelatina sul fuoco con g 60 di acqua e unitela ai fichi frullati, distribuite nei bicchieri e fate riposare in frigorifero per almeno 1 ora.

■ Mescolate lo yogurt greco perché diventi cremoso.

■ Lavate molto bene il resto dei fichi e riduceteli in piccoli tocchi o spicchietti. Distribuiteli nei bicchieri, tenendone da parte qualche fettina per la decorazione finale.

■ Versate lo yogurt nei bicchieri, decorate con noci e fettine di fico. Lasciate in frigo per 30', poi servite.

Vino *passito con aromi di frutta matura*
Albana di Romagna passito, Passito di Pantelleria
Acqua *piatta, oligominerale, di gusto delicato e fine*

SEMIFREDDO AL SESAMO CON SALSA DI RIBES

MEDIA ●●

Tempo: circa 45' più il raffreddamento

Ingredienti per 12: *• latte g 500 • zucchero semolato g 220 • panna fresca g 150 • ribes g 120 • croccante di sesamo g 60 • albume g 60 • zucchero a velo g 60 • farina g 50 • 4 tuorli • 1/2 baccello di vaniglia • miele di acacia*

■ Mescolate i tuorli con g 150 di zucchero semolato e la farina. Scaldate il latte con il mezzo baccello di vaniglia aperto a metà per il lungo, versatelo sui tuorli, amalgamate e riportate sul fuoco continuando a mescolare. Dopo 3-4' di ebollizione togliete dal fuoco.

■ Frullate il croccante di sesamo e unitelo alla crema.

■ Montate l'albume con lo zucchero a velo; montate la panna con un cucchiaio di miele. Poi unite alla crema prima l'albume montato e poi la panna. Versate il composto in 12 stampini scannellati (ø cm 8,5, h cm 3,5) e fate riposare in freezer per almeno 2 ore.

■ Frullate il ribes con g 70 di zucchero e filtrate (salsa).

■ Sformate i semifreddi, completateli con la salsa di ribes e decorate a piacere con ribes fresco e croccante di sesamo spezzettato.

Vino *dolce con aromi di frutta matura e fiori*
Trentino Moscato rosa, Girò di Cagliari dolce
Acqua *lievemente frizzante, oligominerale, di gusto delicato, fine e poco pungente*

Piatto quadrato e piattini senza bordo Pordamsa, altri piatti e cucchiaino Bitossi Home, ciotolina Easy Life Design, tovaglioli Centrotavola. Indirizzi nell'ultima pagina.

meringata ai lamponi

gelatina di fichi, yogurt greco e noci

semifreddo al sesamo con salsa di ribes

tris di pesche e rosmarino

DA SAPERE

Il rosmarino è un arbusto tipico della macchia mediterranea che sviluppa il massimo della sua forza aromatica durante il periodo estivo. Per questo vi consigliamo di non esagerare con le dosi e di rispettare, come nel caso della ricetta a fianco, i tempi di infusione.

TRIS DI PESCHE E ROSMARINO

MEDIA ●●

Tempo: circa 1 ora e 15' più la preparazione del sorbetto e il raffreddamento

Ingredienti per 6: *• pesche kg 1 • zucchero semolato g 215 • albume g 20 • zucchero a velo g 20 • gelatina in fogli g 14 • limone • rosmarino • olio di mandorle*

■ Sbucciate g 470 di pesche, privatele del nocciolo e riducete la polpa in dadini.

■ In una piccola casseruola raccogliete g 90 di zucchero semolato con g 90 di acqua, portate a ebollizione e dopo un paio di minuti spegnete; unite qualche fogliolina di rosmarino e lasciate in infusione per 4-5' (sciroppo).

■ Raccogliete i dadini di polpa di pesche nel bicchiere del frullatore, unite lo sciroppo filtrato, qualche goccia di succo di limone e frullate finemente. Versate il composto nella gelatiera e avviate l'apparecchio. A 5-6' dalla fine del ciclo montate l'albume con lo zucchero a velo fino a ottenere una meringa ben soda, unitela al sorbetto e completate il ciclo. Mettete in freezer mentre preparate il resto.

■ Raccogliete in una piccola casseruola g 375 di acqua con g 75 di zucchero semolato; quando si sarà sciolto, togliete dal fuoco, unite qualche foglia di rosmarino e i fogli di gelatina già ammollati e strizzati, mescolate fino a quando non si saranno sciolti, quindi filtrate (gelatina).

■ Ungete con l'olio di mandorle 18 stampini (ø cm 3, h cm 3,5). Versate in ognuno circa cm 1 di gelatina e fate addensare in frigo per 8-10'. Poi togliete dal frigo e inserite in ogni stampino qualche fettina di pesca e una fogliolina di rosmarino, coprite con il resto della gelatina e rimettete in frigo a riposare per almeno 2 ore (mini aspic).

■ Fate un altro sciroppo con g 50 di zucchero semolato e g 50 di acqua; fuori dal fuoco unite un ciuffo di rosmarino, lasciate in infusione per 4-5', poi filtrate. Tagliate in spicchi il resto delle pesche e privatele del nocciolo, quindi affettatene sottilmente una parte e a spicchi un'altra. Dividetele in 6 piattini e completatele con qualche goccia di sciroppo.

■ Servite il sorbetto in ciotoline (decorato a piacere con foglioline di rosmarino), 3 mini aspic a testa su un piattino e completate i tris con le pesche allo sciroppo.

Vino *passito con aromi di frutta matura Trentino Vino Santo, Moscato di Siracusa*
Acqua *piatta, oligominerale, di gusto delicato e fine*

DOLCE SOFFICE AI PICCOLI FRUTTI

FACILE ●

Tempo: circa 1 ora e 30'

Ingredienti per 6: *• farina g 175 • latte g 110 • zucchero semolato g 100 più un po' • piccoli frutti (mirtilli g 100, lamponi g 90, more g 90) • burro g 75 più un po' • frumina g 25 • lievito in polvere g 8 • 1 uovo • zucchero a velo • scorza di limone • pangrattato • sale*

■ Montate per 10' con le fruste elettriche il burro con lo zucchero semolato e un po' di scorza di limone grattugiata. Poi unite il tuorlo e dopo altri 10' aggiungete farina, frumina e lievito setacciati, un pizzico di sale e mescolate con il latte. Otterrete un composto soffice e morbido.

■ Montate l'albume con un pizzico di sale e unitelo al composto mescolando dal basso verso l'alto.

■ Versate tutto in uno stampo a cerniera (ø cm 19, h cm 7) imburrato e spolverizzato di pangrattato. Distribuite sulla superficie i piccoli frutti e spolverizzate di zucchero semolato.

■ Infornate a 170 °C per 45'. Infine sfornate e lasciate intiepidire prima di sformare.

■ Completate spolverizzando la superficie di zucchero a velo e servite.

Vino *aromatico dolce dal profumo di fiori ed erbe*
Malvasia di Castelnuovo Don Bosco,
Oltrepò Pavese Sangue di Giuda dolce
Acqua *piatta, minimamente mineralizzata, di gusto leggero*

SFOGLIE AI FICHI CON CREMA INGLESE ALLA MENTA

MEDIA ●●

Tempo: circa 45'

Ingredienti per 6: *• latte g 500 • pasta sfoglia g 250 • zucchero g 80 più un po' • 6 fichi • 4 tuorli • menta*

■ Mescolate i tuorli con lo zucchero. Scaldate il latte, poi fuori del fuoco unite un ciuffo di menta tritata grossolanamente; dopo 2' filtrate sui tuorli, mescolate con attenzione e riportate sul fuoco. Cuocete portando alla temperatura di 80-82 °C, cioè fino a quando non inizia a prendere consistenza (è indispensabile il termometro a sonda). Fate raffreddare (crema inglese).

■ Lavate con molta cura i fichi e tagliateli in rondelle senza eliminare la buccia.

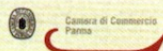
■ Dividete la sfoglia in 12 triangoli, su ognuno mettete 1 o 2 rondelle di fico, spolverizzate di zucchero e disponete su una placca foderata di carta da forno. Infornate a 200 °C per 12-14'. Sfornate e lasciate intiepidire.

■ Servite due sfoglie a testa, completate dalla crema inglese alla menta.

Vino *passito con aromi di frutta matura*
Valle d'Aosta Moscato passito di Chambave,
Malvasia delle Lipari passito
Acqua *piatta, oligominerale, di gusto delicato e fine*

Molte altre ricette di dolci su www.lacucinaitaliana.it

dolce soffice ai piccoli frutti

sfoglie ai fichi con crema inglese alla menta

Gli abbinamenti di **Giuseppe Vaccarini**

Sorsi di colore

Rosa melograno, bagliori viola, luminosità dorate, intensa tinta rubino che si attenua nella spuma: per incantare lo sguardo ancor prima del palato

Più seducente l'antipasto con la fragranza del rosato

■ **Alto Adige Lagrein Kretzer 2010 Egger-Ramer** È attraente già per il caratteristico colore rosa melograno dai tenui riflessi viola, la brillante luminosità e un bouquet fine dalle intense note di visciola e fragoline di bosco e delicati sentori di erbe di campo. Il suo gusto morbido, in perfetto equilibrio con la vivace freschezza dell'acidità, lo rende poi molto beverino. Chiude con una leggera nota di ammandorlato.

■ **Rotolo di tacchino e zucchine nella sfoglia a pag. 44** Leggero e accattivante per il delicato mix di sapori, questo piatto è dominato da un'intensa percezione dolce a cui seguono un'impercettibile grassezza e una delicata ma intensa aromaticità, prolungata dall'origano. La vellutata struttura del vino ha la gentilezza che serve a questo antipasto, più un'acidità perfetta per bilanciarne "dolcezza" e grassezza. Mentre i suoi profumi rendono ancora più ricco e invogliante l'assaggio del rotolo.

Mineralità e profumi di mare per esaltare la pasta

■ **Ischia bianco superiore "Pietra Brox" 2010 Tenuta Giardini Arimei** Paglierino dorato, luminoso. All'olfatto si apre con un variegato ventaglio: aromi della macchia mediterranea, gradevoli e intriganti, ma pure prugna gialla, agrumi e delicate note di fiori. Al gusto colpisce la buona presenza alcolica, ben contrapposta alla fragranza e alla freschezza. Un lieve strascico amarognolo e note minerali in chiusura.

■ **Paccheri con calamari, gamberi e cocco fresco a pag. 48** Il cocco dà un tocco originale al piatto, il pesce e la pasta danno una forte percezione dolce. Si avverte poi una discreta oleosità, mentre la delicata aromaticità chiude con una persistenza che sorprende. La freschezza del vino, la sua mineralità e i suoi profumi mediterranei assicurano al palato l'apprezzamento dei sapori dei paccheri, integrandosi con essi in una reciproca esaltazione e prolungandone la persistenza.

Torta fragrante di burro? Vino rosso, dolce ed effervescente

■ **Oltrepò Pavese Sangue di Giuda 2010 Vanzini** Rosso rubino carico, ha una simpatica effervescenza che crea una persistente e finissima spuma. Il bouquet è intenso e fine, con note di ciliegie, more e fragole, sfumature floreali e un sorprendente tocco di chiodi di garofano. Lodevole e accattivante in bocca l'equilibrio tra dolcezza e freschezza che lo rende di buona beva con finale pulito e di media persistenza.

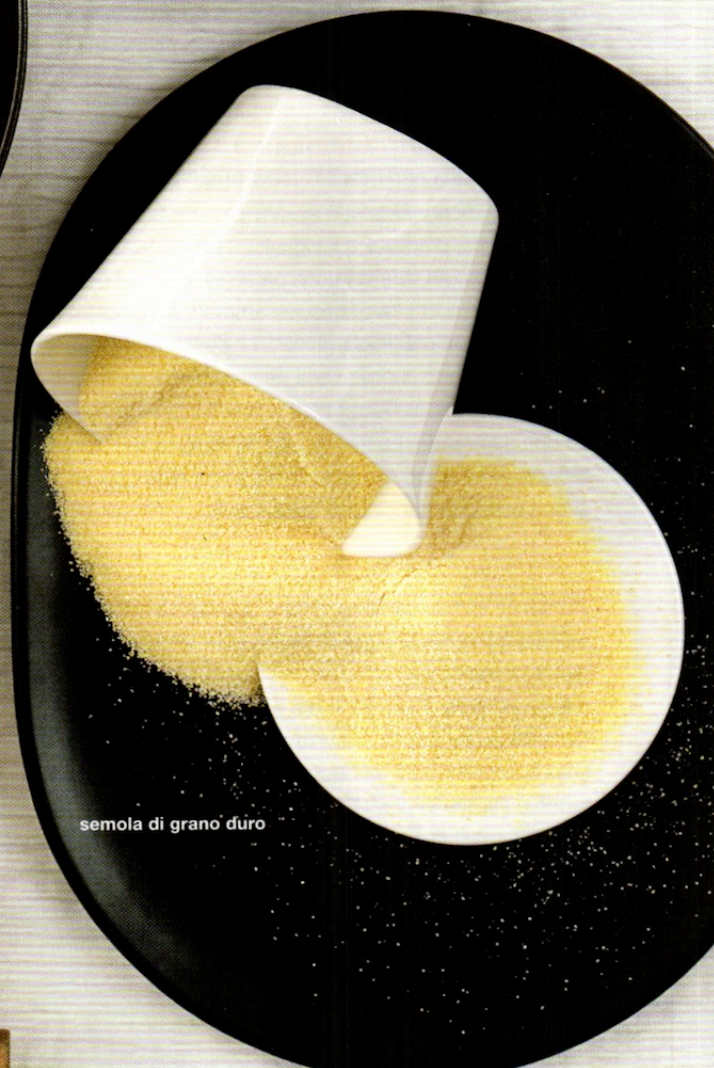
■ **Dolce soffice ai piccoli frutti a pag. 71** L'impasto è arricchito di burro: il vino che ci vuole avrà la buona acidità del Sangue di Giuda per bilanciarne la dolcezza, ma soprattutto per contrastarne la grassezza, aiutato dalla sua effervescenza, che "pulisce" e prepara il palato a un nuovo boccone. L'armonia dell'assaggio si compie nella piacevole e indovinata affinità tra i profumi del vino e dei piccoli frutti usati nella torta.

Le paste fresche **casalinghe**

Il cuscus

Impresa impossibile? Niente affatto: ecco le mosse per farlo in versione semplice, condito e allo zafferano. E per cuocerlo in tre modi diversi (con i consigli per chi va di fretta e, tutto sommato, si accontenta di quello pronto)

di Walter Pedrazzi

cuscus allo zafferano

cuscus

semola di grano duro

cuscus integrale

Che cosa serve

Ingredienti: • *semola di grano duro* • *semola integrale di grano duro* • *cuscus precotto* • *zafferano* • *cipolla* • *alloro* • *prezzemolo* • *menta* • *arancia* • *limone* • *olio extravergine* • *sale.* *Attrezzi:* • *una ciotola capace dai bordi svasati non troppo alti* • *cuscussiera* • *vaporiera* • *colapasta* • *canovaccio* • *vassoi* • *ciotole in vetro di diverse dimensioni* • *casseruola*

Preparazione di base *(dosi per 4)*

■ **1** Raccogliete nella ciotola g 100 di semola di grano duro.

■ **2** Iniziate a spruzzare poche goccioline di acqua e mescolando con un movimento circolare della mano fate assorbire lentamente il liquido alla semola.

■ **3** Continuate a far sgocciolare costantemente acqua fino a quando tutta la semola non si sarà trasformata in briciole, prima di piccole dimensioni poi un po' più grosse.

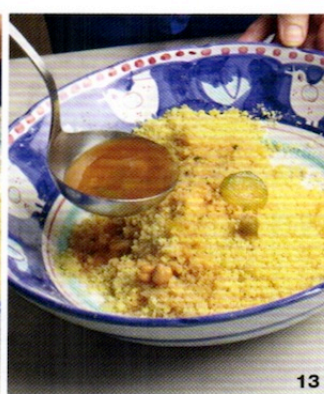
■ **4** Fate passare tra le dita le briciole e sgranatele delicatamente in modo che siano tutte più o meno della stessa grandezza: avrete ottenuto il cuscus.

■ **5** Distribuite il cuscus su un vassoio. Versate nella ciotola ancora g 100 di semola e ripetete le stesse operazioni per formare altre briciole di cuscus. Stendete anche queste sul vassoio e lavorate altri g 100 di semola: in totale avrete usato g 300 di semola e circa g 120 di acqua. Più acqua si aggiunge, maggiore risulterà la grana delle briciole. Sceglietene la grandezza a piacere.

■ **6** Raccogliete nella ciotola tutto il cuscus ottenuto.

■ **7** Aggiungete al cuscus un paio di cucchiai di olio mescolandolo delicatamente con le mani per condire tutte le briciole in modo uniforme.

■ **8** Infine insaporite con una presa di sale e mescolate.

■ **9-10-11 Cottura tradizionale in cuscussiera** Noi ne abbiamo usata una di terracotta smaltata, ma esistono anche di metallo. Tutte sono formate da 3 elementi, una casseruola che va sul fuoco in cui si raccoglie acqua o brodo (di verdure, di carne o di pesce secondo come si vuol condire il cuscus), una parte superiore traforata in cui si raccoglie il cuscus e un coperchio.

■ **12-13** Cuocete il cuscus sulla fiamma media per circa 2 ore avendo cura di sgranarlo nella ciotola ogni 30'. Alla fine condite con il brodo che si è cotto nella parte inferiore della cuscussiera. Lasciate riposare per 20' prima di servire.

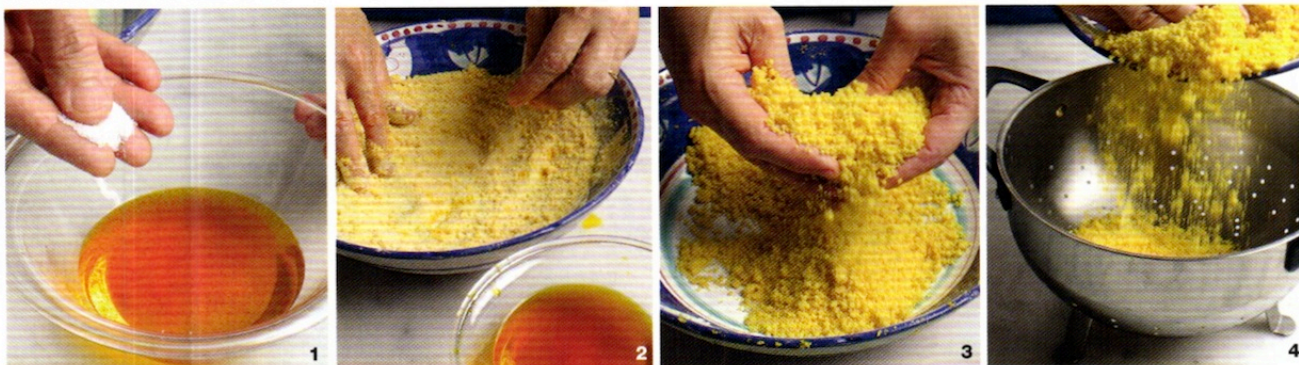
Cuscus integrale condito *(dosi per 4)*

■ **1** Le operazioni e le dosi per il cuscus con la semola di grano duro integrale sono le stesse viste per la preparazione di base (per g 300 di semola integrale di grano duro servono g 120 di acqua).

■ **2** Formate le briciole spruzzando l'acqua e mescolando con movimenti circolari della mano. Sgranate bene le briciole e regolatene la dimensione in base al vostro gusto dosando la quantità di acqua.

■ **3** Condite il cuscus con olio e sale; aggiungetevi un trito fine di prezzemolo mescolato a fettine sottili di cipolla, distribuendolo in modo uniforme.

■ **4 Cottura in vaporiera elettrica** Versate il cuscus nel cestello della vaporiera elettrica e lasciatelo cuocere per circa 2 ore, secondo la dimensione. Sgranate il cuscus ogni 30' circa.

Aromatizzato allo zafferano *(dosi per 4)*

■ **1** Sciogliete in g 120 di acqua mezza bustina di zafferano e sale.
■ **2** Procedete alla preparazione del cuscus come già spiegato.
■ **3** Sgranate con cura le briciole e condite con 2 cucchiai di olio.
■ **4 Cottura nel colapasta** Raccogliete il cuscus in un colapasta di metallo che accomoderete su una casseruola con acqua o brodo. Il colapasta deve incastrarsi perfettamente nella casseruola. Per garantire una perfetta cottura, sigillate il bordo della casseruola con un canovaccio in modo che il vapore non si disperda. Coperchiate bene il colapasta e lasciate cuocere il cuscus per circa 2 ore. Sgranate le briciole ogni 30'.

Cuscus precotto (grana media) preparato a caldo *(dosi per 4)*

■ **1-2** Portate a ebollizione g 200 di acqua con g 10 di olio, una foglia di alloro, mezza cipolla e una presa di sale (oppure g 200 di brodo di carne o di pesce). Versate g 200 di cuscus precotto, mescolate, spegnete, coprite e lasciate riposare fino a quando il liquido non sarà stato assorbito. Infine sgranate il cuscus con una forchetta.

... e a freddo *(dosi per 4)*

■ **1-2** Raccogliete g 200 di cuscus precotto in una ciotola e bagnatelo con g 200 di liquido composto dal succo di un limone, di un'arancia, g 10 di olio, una presa di sale e acqua. Mescolate e insaporite con un trito di prezzemolo e menta e qualche fettina di cipolla. Sigillate la ciotola con la pellicola e ponetela a riposare in frigo per 2 ore. Sgranate poi il cuscus con una forchetta.

Non perdete il prossimo numero: le paste trafilate

Altre notizie e video su www.lacucinaitaliana.it/online.html

Testi A.Odone, foto B.Prada
Piatti color cioccolato Laboratorio Pesaro, ciotolina e piattini bianchi Skitsch, runner bianco Cierre. Cuscussiera Piral, scolapasta Alessi, casseruola a un manico Moneta. Indirizzi nell'ultima pagina.

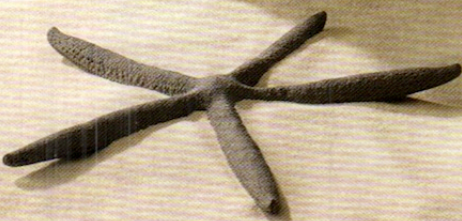
Di sabbia e di vento

Pranzo all'aperto, sulla spiaggia o in un giardino estivo: vince la passione per l'ambiente, con ecomateriali naturali e leggeri, vetro, cotone, bambù. E un design di grande semplicità

Styling Alessandra Salaris, foto Ludovica Sagramoso Sacchetti

DA SINISTRA IN SENSO ANTIORARIO. Tovagliolo "Origon" in cotone (Linum, € 19,65 il set di 4) e forchetta di legno. Piatto in fibra di canna da zucchero (€ 0,60), conetto in foglio di legno di bambù, come il cestino per cotture a vapore (€ 0,19 e 1,37) e forchette "Manda" in legno di bambù (€ 0,15 cad.): tutto di Comatec. Bicchiere "Multicolor" in vetro soffiato (IVV, € 12,30). Partendo da una tovaglia in cotone a righe beige (Linum, € 51,80), pila di canovacci e tovaglioli in cotone a righe e a quadretti (Linum, da € 7,90 cad.). Cofanetto "Biobox" per il trasporto anche di liquidi fino a 60 °C (Comatec, € 0,35).

DA SINISTRA IN SENSO ANTIORARIO. Tovagliolo "Visby" in lino e cotone (Linum, € 7,65) e forchetta in amido di mais (Comatec, € 0,61 il posto tavola). Runner "Märit" in cotone cm 35x135 (Ikea, € 3,99) e tovaglietta in bambù con bordo in cotone (Villeroy & Boch, € 6,90). Impilati su un piatto di legno, piatto e serie di ciotole "Pulp" in cellulosa (Comatec, € 0,23 e da € 0,12 cad.), piatto "Rondo Plate" in bambù verniciato di bianco, con bordo alto (Ekobo, € 12) e piatto "Wave" in vetro (IVV, € 12,20). Nella ciotola "Family bowls" in bambù e porcellana (Jia), forchette "Manda" in bambù (Comatec, € 0,15 cad.). La bottiglia è in vetro soffiato (Bitossi, € 16,20). Tavolo "Cosimo" (Cantori, € 2000).

SULLA VALIGIA di cartone realizzata a mano (Roberta Poggi Pollini), a sinistra: piatto in porcellana a fiori (Sabre, € 12), piattino in fibra di canna da zucchero con presa ergonomica a onda (Comatec, € 1,26), cucchiaio in bambù (Comatec, € 2,10 il posto tavola) e coppa "Côté Table" in vetro (Nella Longari, € 6,50). Tovagliolo in cotone azzurro e piattino in fibra di canna da zucchero con presa ergonomica a onda (Comatec, € 0,84).
A DESTRA. Piatto "Mog" in bone china, fatto a mano (Donna Wilson, € 25), ciotola in foglia di palma Arcea del Kerala (Comatec, € 0,57) e cucchiaio in bambù (Comatec, € 0,44). Brocca "Banquet" (Ego Vetri delle Venezie, € 27) e bicchiere "Bloom" in vetro fumé (Bitossi Home, € 3,50). Scultura "Balena Blu" (Giovanna Canegallo, pezzo unico) e lanterna con cilindro antivento (Klevering, € 32). Lampada "Lucina" in vetro sabbiato (Cose a Modo, € 114). Sulla sabbia: oliera "Wave" (IVV, € 18,90).

AI CAPITAVOLA: piatti "Pulp Ronde" in cellulosa (Comatec, € 0,18 cad.) e bicchieri "Samoa" in vetro soffiato lilla (Nella Longari, € 6 cad.). Al posto centrale: piattino "Full moon" in vetro (Ego Vetri delle Venezie, € 6,15) e ciotola in cellulosa (Comatec, € 0,16). Posate "One" in acciaio satinato (Villeroy & Boch, forchetta e cucchiaio € 6,90, coltello € 7,90). Ciotole, da sinistra, in bambù intrecciato (Comatec, € 2,38), in cellulosa bianca (Comatec, € 0,25 e coperchio € 0,15) e in ceramica rosa (Niderviller, € 12). Tovaglia e tovaglioli in cotone (Linum, € 51,80 e € 19,65 i set di 4). Lanterna "Lumpur" in bambù (Atipico, € 43), uccellini e farfalla in legno decorato con vernice atossica (Wildlife Garden, € 20 cad. e € 7). Sedia "Pigalle" in acciaio verniciato (Emu, € 141). *Indirizzi nell'ultima pagina.*

Cucinare **alla griglia**

Barbecue sur l'herbe

Bracieri poco più grandi di una palla o imponenti come camini. Attrezzati come una cucina a isola o già incandescenti dopo una manciata di minuti. Per aprire la stagione delle grigliate

Styling Cora Vohwinkel, foto Matteo Imbriani

In questa pagina Come una palla il grill a carbone in porcellana smaltata (Sagaform, Ø cm 36, € 64). Funzionano a legna o a carbone il braciere 9000 con tripode e vasca in acciaio (Dancook, € 348) e lo scenografico barbecue a camino su ruote (Focus, € 2220). Posate con manico in legno sul braciere e wok sul camino (Sagaform, € 35,30 il set di 3 e € 24,50). A terra da sinistra. A forma di brocca l'accenditore (Evassolo, € 65) e a secchiello il grill da tavola in porcellana (Evassolo, € 219). A pois il portabottiglia termico (Reisenthel, € 5,90).

Nella pagina accanto Barbecue a gas Onfalos in acciaio: in 5' raggiunge 120 °C, in 18' arriva a 300 °C (Smartech, prezzo su richiesta), e pinza appesa (Sagaform, € 3,40). Sferico barbecue One-Touch Premium a carbone, con segnalatore di temperatura, portacenere rimovibile e maniglie in nylon (Weber, € 279). A terra, griglia (Sagaform, € 29,50) e, contro la staccionata, paletta scacciamosche (Alessi, des. Philippe Starck, € 8). Sul plaid impermeabile (Reisenthel, € 14,90), da sinistra: vassoio Avio e macinapepe Pepper.it con tappo nero (Alessi, € 40 e 47), macinaspezie elettrico (Sagaform, € 26,65) e spiedini (Evassolo, € 32,50 la conf. da 4). Tagliere Chop in bambù (Alessi, € 40), oliera Herbs e coltelli Kitchen (Sagaform, € 21,85 e € 30,50 la coppia). Carta da parati staccionata Svalbard (Wall&Decò, € 98/mq).

Green ha elementi smontabili per facilitare la pulizia e il piano cottura può essere circondato da un altro piano in teak intorno al quale sedersi. Di Steel, € 3680 a 4 fuochi (ma c'è anche a 2).

DeLuxe KSOX 9020 è dotato di scudi di calore Hest Shield che lo diffondono in modo uniforme per un uguale risultato di cottura su tutto il piano. Di KitchenAid, € 3700.

Imperial XL 90 ha ben 8 bruciatori, due zone separate di cottura, comodi ripiani di lavoro laterali, accensione elettronica ed è garantito per 25 anni. Di Broil King, € 3180.

BQ91T-1 ha una caratteristica particolare: un cassetto "smoker" dove, inserendo legni profumati, si può aromatizzare e affumicare carne e pesce. Di Smeg, € 2825.

Taglie XXL **per grandi grigliate**

Alimentati a gas (GPL o metano), i barbecue grandi sono anche "grandi barbecue", il sogno di ogni amante delle grigliate fra amici. Hanno le funzionalità di vere cucine da esterno, in grado di offrire le prestazioni necessarie per cucinare al meglio e in sicurezza carne, pesce e verdure per brigate numerose. I barbecue grandi sono montati su ruote per facilitare gli spostamenti, hanno ampie superfici di cottura facili da pulire e gli elementi che richiedono manutenzioni accurate e frequenti sono smontabili. Oltre alle griglie, hanno anche girarrosti e grandi coperchi: basta chiuderli per cuocere come al forno, con il controllo della temperatura affidato a termostati. Sono completi di cassetti scalda vivande e scomparti porta tutto. In acciaio, sono pronti a resistere alle intemperie: belli e funzionali, i moderni barbecue grandi non devono più restare nascosti in angoli remoti di terrazzi e giardini. C.P.

Indirizzi nell'ultima pagina.

applicatevi !

Scopri le ricette de La Cucina Italiana
nelle nuove App dedicate a Pasta e Cucina veloce

Le applicazioni sono disponibili su iPhone e iPad su App Store *a soli 2, 39 euro*
Per maggiori informazioni consulta il sito www.lacucinaitaliana.it

Aquila del Torre

Borgo Judrio

Borgo San Daniele

Branko

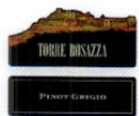
Canus

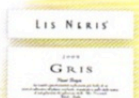
Castello di Buttrio

Castello di Spessa

Vosca

Villa Russiz

Vie di Romans

Torre Rosazza

Schiopetto

Lis Neris

Colle Duga

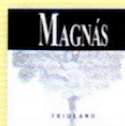
Castello di Spessa

Colle Duga

Keber Renato

Le Vigne di Zamò

Lis Fadis

Livio Felluga

Magnás

Raccaro

Ronchi di Manzano

Ronco dei Tassi

Gran Noè 2011

Friulano & *friends*

Il Friuli Venezia Giulia ha scelto tra i suoi vini i migliori Friulano e Pinot grigio

Gran Noè 2011 è il nome della Selezione destinata a proclamare i migliori Friulano e Pinot grigio, ottenuti in purezza, in Friuli Venezia Giulia. Vi hanno partecipato 300 aziende della Regione, i cui vini sono stati giudicati da una Commissione composta dai più illustri e rinomati giornalisti del settore a livello internazionale.

Toros
Friulano 2010, Collio - Cormons (Go)
Friulano Gran Noè 2011

Villa Russiz
Pinot grigio 2010, Collio - Capriva del Friuli (Go)
Pinot grigio Gran Noè 2011

I premi a mosaico sono stati realizzati dalla Scuola Mosaicisti del Friuli di Spilimbergo (Pn)

Villa Rusiz

Vie di Romans

Venica&Venica

Toros

Tenuta Luisa

Schiopetto

Ronco del Gelso

carecom.it

CAVIALE piccola follia d'estate

Le uova più sapide e costose del mondo non sono più un piacere per pochi. Grazie agli allevamenti di qualità, possono diventare ingrediente per piatti estivi, freschi e sorprendenti. E per chi vuol comunque spendere di meno? Ecco la bottarga, in tutte le sue varianti

bottarga di tonno

bottarga di muggine

"Oscietra Classic", caviale di storione russo

"Caviar de Venise", caviale di storione cobice ibrido

"Calvisius", caviale di storione bianco

"Oscietra Royal", caviale di storione russo

tagliatelle al basilico con caviale e storione

"Non mi dispiace gustarlo a colazione, pranzo e cena, ... e magari anche più tardi". Così Marilyn Monroe parlava del suo piatto favorito. Dal canto suo, David Niven, per non rischiare di rimanerne mai sprovvisto, ne comprava cinque scatole alla volta: "Casomai debba organizzare una cenetta... il caviale è semplicemente perfetto in ogni occasione".

Caviale tutto l'anno? Oggi si può. Grazie al Cites (la Convenzione di Washington sul commercio internazionale delle specie di fauna e flora minacciate di estinzione in vigore dal 1975 di cui fanno parte 169 paesi) che regola la pesca e il commercio dello storione, è diminuita la richiesta del caviale selvaggio in favore di quello allevato: questo ha contribuito a stimolare l'allevamento (anche in Italia!), ad abbassare i prezzi e a renderlo più accessibile. Anche perché l'estrazione delle uova avviene da ottobre ad aprile, un periodo più lungo rispetto a quello dello storione selvaggio, il che garantisce la reperibilità del caviale "fresco" tutto l'anno. Nel contempo è migliorata anche la qualità: prima il caviale veniva salato moltissimo e conservato sott'olio per prolungarne la durata, oggi si sala poco (qualità "malossol") e non si usa più l'olio.

Il caviale è anche un ingrediente
Unica regola importante è che, anche nelle ricette più elaborate, sia il gusto del caviale a prevalere. Per esempio, resterete stupefatti dal sapore del sorbetto di cetriolo, che come per magia si trasformerà in sorbetto di caviale! In queste pagine troverete quattro ricette a base delle preziose uova, accanto a preparazioni che utilizzano la più accessibile bottarga. Se però volete gustare il caviale da solo, mettetene un cucchiaino sul dorso della mano chiusa a pugno, nell'incavo che si forma tra pollice e indice. E preparatevi al paradiso.

scampi sull'anguria e sorbetto di cetriolo con caviale

treccia di muggine con la sua bottarga e nastri di zucchina

TAGLIATELLE AL BASILICO CON CAVIALE E STORIONE

MEDIA ••

Tempo: circa 50' più il riposo

Ingredienti per 4: • *zucchine g 300 • filetto di storione fresco g 250 • farina di grano tenero g 200 • albume g 100 • farina di grano duro g 100 • basilico g 40 più un po' • caviale di storione russo allevato in Italia g 40 • limone • olio extravergine di oliva • sale*

■ Frullate g 20 di succo di limone con il basilico e con g 60 di acqua. Filtrate.

■ Formate con le farine setacciate una fontana, versate al centro il liquido appena frullato, unite una scorza grattugiata di limone, l'albume e un pizzico di sale. Impastate fino a ottenere una pasta elastica e di un verde brillante; avvolgetela nella pellicola e fatela riposare in frigorifero per almeno 1 ora.

■ Tirate la pasta in una sfoglia sottile mm 2 e ricavate le tagliatelle.

■ In una padella scaldate 2 cucchiai di olio, unite solo la parte verde delle zucchine tagliata a tocchetti e rosolatela per 1' sulla fiamma vivace. Poi riducete la fiamma e proseguite la cottura per 6-7' ancora.

■ Intanto tuffate le tagliatelle in abbondante acqua bollente salata e profumata con 2-3 foglie di basilico; lessatele per 2-3' da quando l'acqua riprende il bollore.

■ Aggiungete lo storione a pezzetti nella padella con le zucchine e cuocete per 3'. Scolate nella stessa padella le tagliatelle e saltate tutto per un paio di minuti.

■ Distribuite le tagliatelle nei piatti e completate con il caviale.

Il caviale di storione russo (Acipenser gueldenstaedti) "Oscietra Classic" *si ottiene da pesci allevati da Agroittica Lombarda nel Parco del Ticino. Le uova giungono a maturazione in 9 anni di allevamento. Di media dimensione (ø mm 2,6-2,8), hanno un aroma intenso e un retrogusto di nocciola. Il colore può variare dal grigio all'ambrato. Il prezzo al pubblico per g 10 di prodotto è di circa 19 euro.*

SCAMPI SULL'ANGURIA E SORBETTO DI CETRIOLO CON CAVIALE

FACILE •

Tempo: circa 35' più la preparazione del sorbetto

Ingredienti per 4: • *cetrioli g 700 • caviale di storione cobice ibrido allevato in Italia g 40 • 8 scampi • 1 albume • mandorle con la buccia • anguria • cerfoglio • sale*

■ Pelate i cetrioli e privateli dei semi, poi frullateli in crema unendo a filo g 50 di acqua tiepida, in cui avrete sciolto g 8 di sale. Versate il composto nella gelatiera e avviate l'apparecchio; a 5' dalla fine del ciclo unite l'albume montato a neve ben soda con un pizzico di sale e completate il ciclo. Infine mettete il sorbetto in una ciotola, copritelo con un foglio di carta da forno e lasciatelo riposare in freezer (sorbetto di cetriolo).

■ Ricavate dall'anguria 4 dischi spessi cm 2 e con un diametro di cm 10. Accomodateli su una placca foderata di carta da forno e metteteli in freezer per 10'.

■ Affettate 3 cucchiai di mandorle, bagnatele con acqua e sale, distribuitele su una placca foderata di carta da forno e infornatele a 120 °C per 10-12' in modo che si asciughino e si insaporiscano.

■ Sgusciate gli scampi, privateli del budellino nero e apriteli a metà nel senso della lunghezza. Disponete i dischi di anguria nei piatti, accomodate sopra 2 scampi ciascuno e completate con il caviale e cerfoglio.

■ Servite con il sorbetto, completato con le mandorle e il caviale.

Il caviale cobice ibrido (Acipenser baeri x Acipenser naccarii) "Caviar de Venise" *si ottiene da pesci allevati da Agroittica Lombarda con lo scopo di recuperare le specie autoctone, cioè lo Storione del Po. Le uova giunte a maturazione in 8 anni di allevamento sono di piccole dimensioni (ø mm 2,2-2,5), molto saporite e delicate. Il colore varia dal marrone scuro al nocciola, l'aroma è intenso e il sapore leggermente iodato. Il prezzo al pubblico per g 10 di prodotto è di circa 16 euro.*

TRECCIA DI MUGGINE CON LA SUA BOTTARGA E NASTRI DI ZUCCHINA

MEDIA ••

Tempo: circa 50'

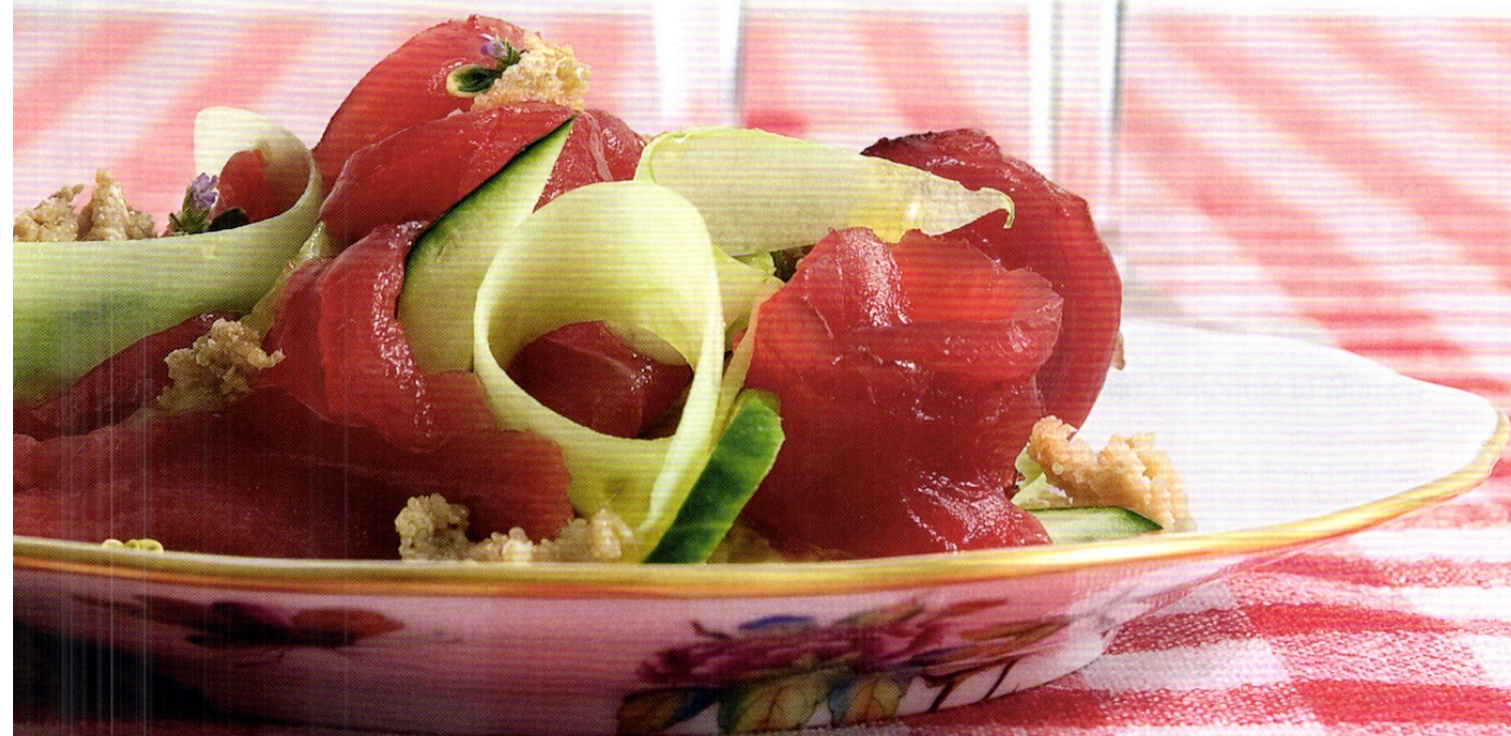
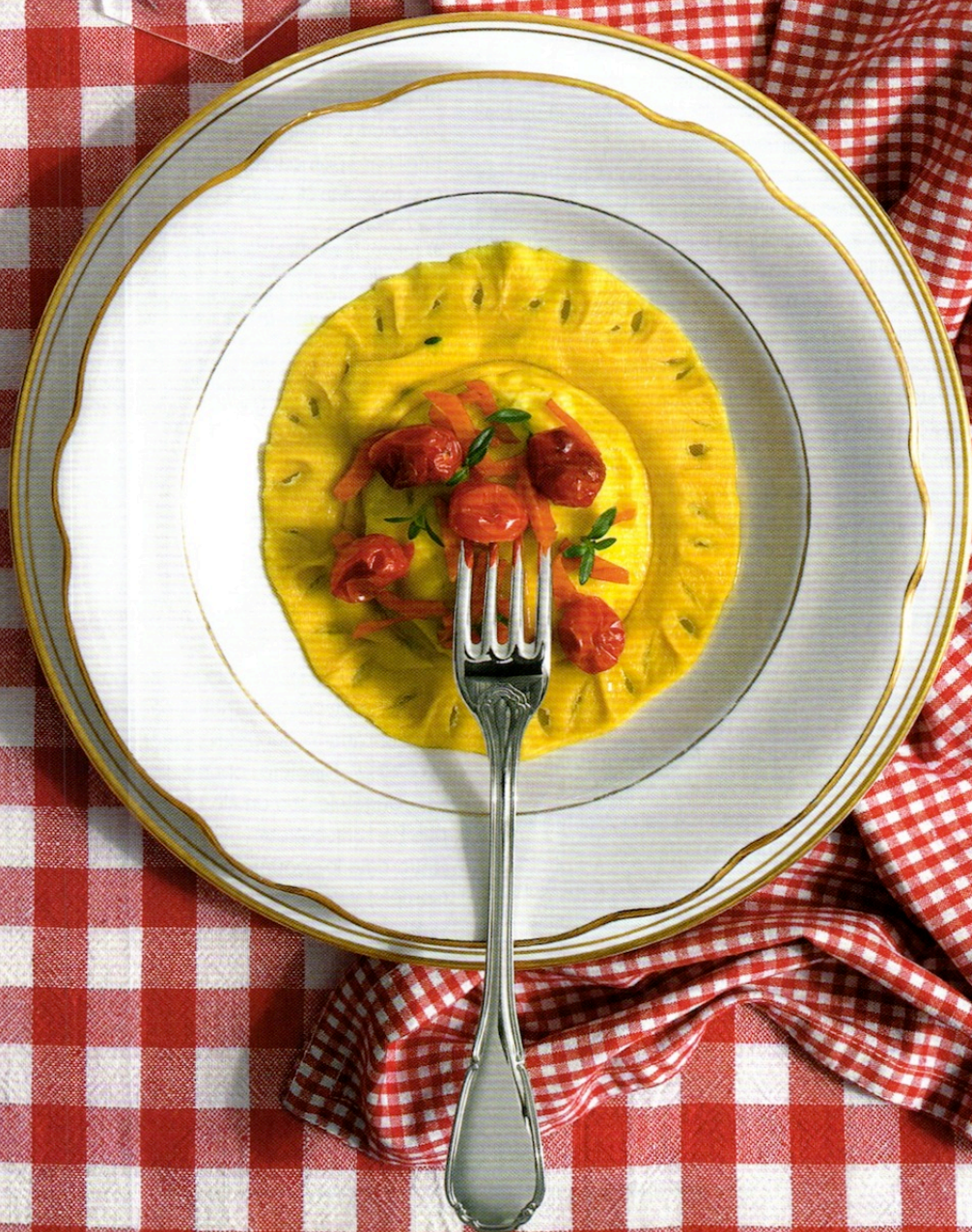
Ingredienti per 4: • *2 muggini kg 1,1 • zucchina g 200 • bottarga di muggine g 40 • olive taggiasca snocciolate • olio extravergine di oliva • sale*

■ Sfilettate i muggini e privateli della pelle. Dividete ogni filetto con tre tagli in lunghezza che non arrivino fino in fondo: in questo modo le tre strisce ottenute rimarranno attaccate a una estremità. Fate lo stesso per gli altri filetti e poi formate con ognuno una treccia.

■ Accomodate le 4 trecce su una placca foderata di carta da forno, ungetele con un filo di olio e infornatele nel forno caldo a 210 °C per 12-13'.

■ Affettate la zucchina in nastri molto sottili usando il pelapatate oppure la mandolina. Scottateli in acqua bollente, scolateli alla ripresa del bollore e rosolateli poi in padella con g 20 di olio e un paio di cucchiai di olive taggiasca per 2-3'. Unite la bottarga grattugiata non troppo finemente e dopo 1' spegnete. Aggiustate di sale, se serve (la bottarga è già salata).

■ Disponete le zucchine nei piatti, accomodatevi sopra le trecce di muggine e completate a piacere con una grattugiata di bottarga.

carpaccio di tonno con la sua bottarga

tortellone con bottarga di muggine e pomodorini

CARPACCIO DI TONNO CON LA SUA BOTTARGA

FACILE •

Tempo: circa 15' più il riposo

Ingredienti per 4: *• carpaccio di tonno g 320 • bottarga di tonno g 30 • 2 cetrioli • timo "limoncino" • olio extravergine di oliva*

■ Private parzialmente i cetrioli della buccia usando il pelapatate. Poi sempre usando il pelapatate tagliateli in nastri. Lasciateli per almeno 30' immersi in acqua e ghiaccio affinché si arriccino.

■ Distribuite il carpaccio di tonno in quattro piatti, unite i nastri di cetriolo sgocciolati e asciugati con un canovaccio, condite con un filo di olio e profumate con qualche fogliolina di timo. Completate ogni piatto con la bottarga tagliata a lamelle.

La bottarga di tonno *Le sacche delle uova vengono estratte con cautela dal pesce femmina in modo che non si rompano, poi vengono lavate, coperte di sale marino, rivoltate quotidianamente, messe poi sotto dei pesi (una volta conci di tufo, oggi pesi in acciaio inox) e lasciate stagionare da 2 a 5 mesi secondo la pezzatura della sacca ovarica. Il colore varia dal rosa chiaro a quello scuro. La consistenza è compatta e finemente granulosa. Il sapore è intenso. Una bottarga di tonno può raggiungere il peso di kg 1.*

TORTELLONE CON BOTTARGA DI MUGGINE E POMODORINI

MEDIA ••

Tempo: circa 1 ora e 15' più il riposo

Ingredienti per 6: *• ricotta g 420 • farina 00 g 150 • bottarga di muggine g 60 • semola di grano duro g 50 • 30 pomodorini datterini • 2 uova • 2 tuorli • santoreggia • zucchero • olio extravergine • sale*

■ Impastate la farina con la semola, un uovo, 2 tuorli e un pizzico di sale: dovrete ottenere una pasta soda ma elastica. Avvolgetela nella pellicola e lasciatela riposare in frigorifero per almeno 1 ora.

■ Amalgamate la ricotta con un ciuffo di santoreggia tritata, una presa di sale e un cucchiaio di olio (farcia).

■ Bucherellate la buccia dei pomodorini con la punta di un coltellino, poi "massaggiateli" con olio condito con mezzo cucchiaino di sale e mezzo di zucchero. Distribuiteli su una placca foderata di carta da forno e infornateli a 150 °C per 30' (pomodorini caramellati).

■ Tirate in una sfoglia sottile poca pasta alla volta (in questo modo la pasta rimane elastica mentre la lavorate). Ritagliate la sfoglia in 12 dischi di cm 10-11 di diametro. Spennellatene 6 di uovo battuto e distribuite al centro di essi 2 cucchiai di farcia; ricoprite con gli altri dischi, sigillate bene la pasta attorno al ripieno e decorate il bordo pizzicandolo.

■ Lessate i tortelloni per 3-4', al massimo due alla volta, in acqua bollente salata. A mano a mano che li scolate disponeteli direttamente nei piatti.

■ Scaldate g 60 di olio con g 60 di bottarga a filetti e un paio di cucchiai di acqua di cottura dei tortelloni.

■ Condite i tortelloni con l'olio e la bottarga, completateli con i pomodorini caramellati e decorate con qualche fogliolina di santoreggia.

La bottarga di muggine *si prepara in modo simile a quella di tonno: le sacche delle uova vengono lavate, coperte di sale marino per qualche ora e messe poi ad asciugare. La stagionatura varia da luogo a luogo, ma in generale è più breve di quella del tonno. In due settimane a Orbetello la bottarga è pronta, perché si preferisce lasciarla più morbida. In Sardegna invece si stagiona più a lungo, per renderla più asciutta. La consistenza è soda ma elastica e il colore ambrato e vagamente traslucido. Al gusto è più delicata della bottarga di tonno e il peso non supera g 400.*

SCOTTATA DI STORIONE CON CAVIALE

MEDIA ••

Tempo: circa 50'

Ingredienti per 4: *• filetto di storione fresco g 440 • cetriolo g 150 • pomodoro g 120 • peperone giallo g 100 • fagiolini g 60 • caviale di storione russo allevato in Italia g 40 • olio extravergine di oliva • sale*

■ Pelate il cetriolo e privatelo dei semi. Poi tagliate la polpa in bastoncini lunghi circa cm 4.

■ Mondate il peperone, eliminate semi e parti bianche e riducete anch'esso in bastoncini della stessa lunghezza del cetriolo.

■ Private il pomodoro dei semi e tagliatelo in bastoncini.

■ Lessate i fagiolini in abbondante acqua bollente salata per 5-6', poi scolateli e tagliateli a rocchetti di cm 4.

■ Tagliate il filetto di storione in fettine molto sottili, praticando dei tagli obliqui con un coltello dalla lama lunga, liscia e sottile. Dividete le fettine in 4 parti (petali).

■ Su una placca foderata di carta da forno accomodate un quarto dei petali di storione così da formare una "rosa". Ripetete l'operazione formando altre 3 "rose". Ungetele con un filo di olio e infornate a 210 °C per 12-13' (scottata).

■ Sfornate le scottate e disponetele nei singoli piatti. Completatele con le verdure a bastoncino e con il caviale. Servite subito.

Il caviale di storione russo (Acipenser gueldenstaedti) "Oscietra Royal" *si ottiene da pesci allevati da Agroittica Lombarda nel Parco del Ticino. Le uova, che maturano in 9 anni di allevamento, sono di media dimensione (ø mm 2,6-2,8) e hanno un aroma delicato e un retrogusto che ricorda la nocciola. Il colore può variare dal marrone scuro al grigio, all'ambrato. Hanno una buona consistenza. Il prezzo al pubblico per g 10 di prodotto è di circa 29 euro.*

Altre notizie e video su www.lacucinaitaliana.it/online.html

Ricette Sergio Barzetti, testi Angela Odone, styling Sergio Colantuoni, foto Francesca Moscheni. *Posate da caviale Centrotavola, piatti piani decorati Herend, piatto piano con il bordo liscio Aynsley China, altri piatti Richard Ginori, posate Sambonet, tovaglia e tovaglioli Himla. Ringraziamo Agroittica Lombarda per averci fornito il caviale e lo storione usati nelle ricette. Indirizzi nell'ultima pagina.*

scottata di storione con caviale

Ricette di **Davide Oldani**

Omega 3, grassi e... indispensabili

Essenziali per lo sviluppo del tessuto nervoso, sono preziosi per mantenere elastiche le pareti delle arterie e controllata la pressione e i trigliceridi. Presenti in buona quantità nel pesce, soprattutto quello azzurro, aiutano a proteggere l'organismo da infarto e ictus

Consigli dietetici di Giorgio Donegani

Tutti ne parlano, tutti li vogliono... eppure pochi sanno davvero cosa siano, come agiscano e dove si trovino. Parliamo degli ormai mitici grassi "omega 3", tanto utili da essere aggiunti anche ad alimenti di uso comune come il latte, le uova e la pasta...

Una scoperta sorprendente Un tempo le cose per chi si occupava di nutrizione erano più facili: "I grassi?... tutti uguali: meno ne mangi e meglio è!". Facile, ma... sbagliato. Alla fine degli anni '70 si scoprì che l'olio di oliva extravergine era ben diverso dal burro e dallo strutto, ma una scoperta ancora più sensazionale si ebbe alcuni anni dopo: esistono grassi animali "buoni", addirittura indispensabili, gli omega 3. Se ne accorsero gli studiosi osservando le abitudini degli Inuit, eschimesi che si cibano quasi soltanto di pesce e, nonostante le altissime quantità di grassi animali (gli ulivi al Polo non crescono), quasi non conoscono ictus e infarto. A chi il merito? Agli omega 3, grassi particolari presenti nel pesce, che svolgono una quantità di azioni benefiche...

Cuore, cervello e anche buon umore In effetti gli omega 3 proteggono dall'infarto e dall'ictus, danno elasticità alle pareti delle arterie, aiutano a tenere sotto controllo la pressione e i trigliceridi. Sono anche essenziali per lo sviluppo e la salute del tessuto nervoso, oltre che utili per mantenere la pelle sana. Addirittura, una dieta giustamente ricca di omega 3 migliora il tono dell'umore e allontana il rischio di depressione.

Buoni, ma solo nel cibo Gli acidi grassi essenziali non vanno assunti in quantità eccessiva, perché, se troppi, possono addirittura provocare danni al nostro organismo. Nel loro complesso, non dovrebbero fornire più del 15% dell'energia della dieta. Tradotta in grammi, la quantità consigliata di omega 3 è di 1-1,5 g al giorno, una quota che se è difficile superare con una dieta naturale, può essere oltrepassata facilmente con un uso improprio di integratori. Importante: assumerli solo su consiglio del medico!

Gli alimenti super

- Al primo posto nella hit parade degli omega 3 troviamo le sardine fresche: 100 g, pulite, ne danno addirittura 2,35 g, una quantità più che sufficiente a coprire l'intero fabbisogno giornaliero. Segue il tonno fresco, con 2,26 g di omega 3, su 100 g di tonno. Adatti a cotture diverse, sardine e tonno possono efficacemente alternarsi nella dieta almeno una volta a settimana.
- Ricchi di omega 3 sono anche lo sgombro e le acciughe, rispettivamente 1,26 g e 0,52 g di omega 3
- Meritano poi una citazione l'anguilla (2,26% di omega 3), il salmone (0,63%) e la trota (0,50%), mentre tra i pesci bianchi marini d'allevamento l'orata e la spigola contengono quasi l'1% dei preziosi acidi grassi.
- La quantità di omega 3 si abbassa di molto nella carne: tacchino, pollo e vitellone non arrivano allo 0,1%.
- Una buona dose di omega 3, invece, si trova nella frutta secca a guscio, anche se di tipo diverso e meno efficaci di quelli contenuti nel pesce. Con un 68% di lipidi totali, le noci forniscono un 40% di polinsaturi, con una quota variabile ma comunque significativa di omega 3. E lo stesso vale per le nocciole, i pistacchi e le mandorle.

OMEGA 3, MA NON SOLO
Gli omega 3 non sono la sola categoria di acidi grassi essenziali necessari per il benessere del nostro organismo: nella dieta devono comparire in giusta proporzione insieme a un'altra famiglia di acidi grassi essenziali, quella degli omega 6. Questi, a differenza degli omega 3, sono decisamente più abbondanti nella dieta e diffusi nei cibi: l'importante è cercare di conservare una proporzione ottimale tra i due grassi. Il rapporto tra omega 6 e omega 3 non dovrebbe essere superiore a 10:1.

ORECCHIETTE AL TONNO FRESCO

FACILE

Tempo: circa 20'

Ingredienti per 4:
- *orecchiette fresche g 300*
- *carpaccio di tonno g 200*
- *pistacchi sgusciati e pelati g 120*
- *ravanelli g 100*
- *1 costa di sedano g 80*
- *olio extravergine di oliva g 30*
- *sale*

■ Lessate, in abbondante acqua bollente salata, le orecchiette, scolatele al dente, allargatele su un vassoio, conditele con metà dell'olio e fatele intiepidire.

■ Tritate finemente al mixer i pistacchi, tagliate a striscioline le fettine di tonno, a spicchietti i ravanelli e a dadini la costa di sedano.

■ Mescolate le orecchiette con il tonno e le verdure, condite il tutto con l'olio rimasto, spolverizzate con il trito di pistacchi e servite.

Il nutrizionista dice che: **con 533 kcal a porzione, 24 g di proteine, una prevalenza di carboidrati e una giusta quota di grassi, queste orecchiette al tonno fresco costituiscono un eccellente esempio di piatto unico, dal gusto tipicamente mediterraneo. La quantità di omega 3 già elevata per la presenza di tonno fresco è arricchita dall'uso dei pistacchi. Per completare il pasto potrebbe anche bastare una bella porzione di frutta fresca.**

A porzione
Omega3 1,3 g
Kcal 533
Proteine 24 g
Grassi 29 g
Zuccheri 47 g

A porzione
Omega3 1,5 g
Kcal 450
Proteine 29 g
Grassi 36 g
Zuccheri 3 g

FILETTI DI SGOMBRO E GUACAMOLE

FACILE

Tempo: circa 20'

Ingredienti per 4:
- *8 filetti di sgombro g 600*
- *peperone rosso g 100*
- *olio extravergine di oliva g 10*
- *2 avocado*
- *1 lime*
- *coriandolo in polvere*
- *sale*

■ Tagliate a pezzettini il peperone. Sbucciate gli avocado, eliminate i noccioli e schiacciate la polpa con la forchetta. Mescolate peperone e polpa di avocado insaporendo con il succo del lime, un pizzico di sale e uno di coriandolo in polvere (guacamole); volendo rendere piccante il guacamole sostituite il peperone con un peperoncino piccante.

■ Ungete con l'olio i filetti di sgombro e appoggiateli, dal lato della polpa, sulla griglia ben calda, lasciandoli cuocere 3-4': si cuociono solo da un lato perché la pelle, molto delicata, si romperebbe.

■ Volendo, date forma al guacamole in uno stampino, poi sformatelo delicatamente sul piatto, completate con due filetti di sgombro a persona e servite.

Il nutrizionista dice che: **quasi senza carboidrati, questa ricetta si segnala per l'ottimo apporto di proteine pregiate (provenienti soprattutto dallo sgombro) e per la quantità di grassi "buoni" di tipo polinsaturo che sono forniti in prima istanza dallo sgombro stesso, con un ulteriore apporto derivato dall'avocado. Il miglior accompagnamento viene da un contorno di riso semplicemente lessato, capace di portare ai giusti livelli la quota amidacea.**

TROTA GRATINATA ALLE NOCI CON INSALATA DI CETRIOLI

FACILE

Tempo: circa 25'

Ingredienti per 4:
• 4 filetti di trota salmonata g 400
• cetrioli g 400
• gherigli di noce g 120 • yogurt g 60 • olio extravergine di oliva g 10
• maggiorana
• limone
• sale • pepe

■ Tritate, al mixer, le noci con un pizzico di foglie di maggiorana, uno di sale, una macinata di pepe e l'olio.

■ Distribuite il trito sulla polpa dei filetti di trota, tagliati in due, appoggiateli su una placca coperta di carta da forno e infornate a 220 °C per 8-10'.

■ Sbucciate i cetrioli, divideteli in quattro per il lungo, eliminate la parte centrale con i semi, e tagliate a losanghe i bastoncini ottenuti.

■ Mescolate lo yogurt con il succo di mezzo limone e un pizzico di sale, condite con questa salsa i cetrioli.

■ Sfornate il pesce e servitelo ben caldo accompagnato dall'insalata di cetrioli.

Il nutrizionista dice che: **il connubio della trota con le noci origina un mix di lipidi decisamente ricco dei preziosi omega 3. A completare il profilo nutritivo della ricetta viene anche l'ottima quota proteica, così che è sufficiente un primo piatto tradizionale di pasta o riso per equilibrare il pasto. Un'ulteriore preparazione di verdura cruda all'inizio, o di frutta in conclusione, valorizzerà l'apporto vitaminico e salino.**

TRANCI DI SALMONE CRUDO IMPANATI AI PISTACCHI

FACILE

Tempo: circa 20' più la marinatura

Ingredienti per 4:
• trancio di salmone g 500
• pistacchi sgusciati e pelati g 150
• rucola g 80
• olio extravergine di oliva g 20
• 1 finocchio
• limone
• sale • pepe

■ Eliminate la pelle del salmone e dividetelo in due filetti. Mescolate il succo di mezzo limone con un pizzico di sale e le barbine verdi tritate del finocchio. Versate sui filetti di salmone e fate marinare per 30'.

■ Tagliate il finocchio a fettine sottili, meglio con l'affettatrice, e mettetelo a bagno in acqua e ghiaccio; pulite e spezzettate la rucola. Tritate finemente i pistacchi.

■ Scolate i filetti di salmone dalla marinata, asciugateli e passateli nei pistacchi tritati; dividete i filetti a tocchetti di un paio di centimetri.

■ Scolate i finocchi, mescolateli alla rucola, condite con olio, sale, pepe e, a piacere, con limone o aceto. Appoggiate i filetti su un letto di finocchio e rucola e servite subito.

Il nutrizionista dice che: **se la frazione grassa è la parte migliore del salmone, non va dimenticato che fornisce anche utili sali minerali (potassio, fosforo e iodio), proteine di ottima qualità, e pochissimo colesterolo: in un etto di pesce ce ne sono solo 35 mg. Abbinato a pistacchi e rucola, origina un piatto sostanzioso, che si completa con l'accompagnamento di due fette di pane toscano e una porzione di frutta.**

CROCCANTE DI MANDORLE AL MIELE E ROSMARINO

MEDIA ••

Tempo: circa 20' più il riposo

Ingredienti per 4:
• pere coscia g 200 • mandorle con la buccia g 100 • zucchero g 50 • miele millefiori g 50 • rosmarino • limone • olio di mandorle

■ Tritate molto fini gli aghi di un rametto di rosmarino. Tagliate a coltello le mandorle in 3 o 4 pezzi, mettetele in una casseruola con lo zucchero e il miele e portate lo zucchero a color caramello, mescolando.

■ Spegnete il fuoco, unite un cucchiaino di rosmarino tritato, mescolate e versate su un foglio di carta da forno unta con olio di mandorle. Coprite con un altro foglio, sempre unto, e stendete, con l'aiuto del matterello, in uno strato sottile. Lasciate rapprendere il croccante a temperatura ambiente.

■ Tagliate le pere a fettine molto sottili, immergetele in una bacinella di acqua con il succo di un limone e alcuni cubetti di ghiaccio fino al momento di servire.

■ Spezzettate il croccante e servitelo accompagnato dalle pere, scolate e leggermente asciugate.

Il nutrizionista dice che: **il croccante è un dolce sano, perfettamente indicato in questa versione, sia come conclusione sfiziosa e non troppo calorica di un pasto leggero, sia come spuntino spezza fame pomeridiano. L'intera quota lipidica proviene dalle mandorle, che non solo forniscono acidi grassi polinsaturi con una buona presenza di omega 3, ma arricchiscono anche la preparazione di utili sali minerali.**

BISCOTTONI DI NOCCIOLE E COCCO CON YOGURT E PESCHE

FACILE •

Tempo: circa 40' più il riposo

Ingredienti per 4:
• pesche g 300 • yogurt greco magro g 170 • farina g 120 • nocciole tostate g 60 • burro g 50 • zucchero g 40 • cocco disidratato grattugiato g 15 • 1 tuorlo • sale

■ Tritate le nocciole con lo zucchero. Mescolate la farina con il burro ammorbidito a pezzettini, aggiungete il trito di nocciole, il cocco, mescolate ancora e unite il tuorlo, un pizzico di sale e tre cucchiai di acqua. Impastate velocemente, fate una palla con l'impasto e mettete a riposare per 30' in frigorifero.

■ Dividete la pasta in quattro parti uguali che stenderete a formare quattro biscottoni del diametro di circa cm 10. Appoggiateli su di una placca coperta di carta da forno e cuoceteli a 170 °C per 16-18': attenzione non devono scurire, ma restare dorati.

■ Al momento di servire mettete su ogni biscottone un cucchiaio di yogurt e una fettina di pesca, servendo a parte il resto delle pesche affettate.

Il nutrizionista dice che: **se si esclude la dose, peraltro limitata, di burro, sono le nocciole e il cocco la fonte lipidica più interessante di questa ricetta, che riesce ad abbinare in modo perfetto la quota zuccherina a quella grassa. In questo caso, dato il discreto apporto calorico, più ancora che come dessert di fine pasto il consiglio è quello di proporre questi biscottoni come elemento centrale di una prima colazione.**

A porzione
Omega3 1,3 g
Kcal 265
Proteine 6 g
Grassi 14 g
Zuccheri 31 g

A porzione
Omega3 0,9 g
Kcal 401
Proteine 8 g
Grassi 24 g
Zuccheri 42 g

Altre notizie su www.lacucinaitaliana.it/online.html

Ricette realizzate da Davide Novati, foto Sonia Fedrizzi
Piatti Skitsch, posate Mepra, tessuto di fondo Rubelli. Indirizzi nell'ultima pagina.

EDITRICE QUADRATUM S.P.A. Società soggetta all'attività di controllo e coordinamento della Finmoney S.p.A. *(Reg.Impr. Milano n. 07093920150)*

Sede in Piazza Aspromonte n. 13 - Milano - Capitale sociale Euro 3.000.000 i.v.
Registro Imprese di Milano n. 04706360155 - R.E.A. di Milano 1030504 - Codice Fiscale 04706360155 - P.IVA 04706360155

Bilancio al 31 dicembre 2010

Il presente bilancio, formato dallo Stato Patrimoniale e dal Conto Economico, è predisposto sulla base della normativa vigente in materia di bilanci per le imprese operanti nel settore dell'editoria e della radiodiffusione, ed è redatto in accordo con le prescrizioni della legge n° 416 del 5 agosto 1981 e n° 650 del 23 dicembre 1996

Stato patrimoniale attivo	31/12/2010	31/12/2009
A) Crediti v/Soci per vers. ancora dovuti		
Totale crediti verso soci (A)	0	0
B) Immobilizzazioni		
I. Immobilizzazioni Immateriali		
1) Costi di impianto e ampliamento	5.232	7.848
3) Diritti brevetto industriali e diritti di utilizzazione opere d'ingegno	27.319	16.512
6) Immobilizzazioni in corso e acconti	0	17.665
7) Altre	2.477.814	2.489.931
Totale Immobilizzazioni Immateriali (I)	2.510.365	2.531.956
II. Immobilizzazioni Materiali		
1) Terreni e fabbricati	8.000.000	8.000.000
2) Impianti e macchinario	142.150	174.899
3) Attrezzature industriali e commerciali	12.121	17.848
4) Altri beni	147.394	166.830
5) Immobilizzazioni in corso e acconti	0	0
Totale Immobilizzazioni Materiali (II)	8.301.665	8.359.577
III. Immobilizzazioni Finanziarie		
1) Partecipazioni		
a) Imprese controllate	172.506	168.300
d) Altre imprese	11.573	11.573
Totale Partecipazioni (1)	184.079	179.873
2) Crediti:		
a) verso imprese controllate		
- Esigibili entro l'esercizio successivo	3.963.577	3.094.139
Totale crediti verso imprese controllate	3.963.577	3.094.139
d) verso altri		
- Esigibili entro l'esercizio successivo	974.422	974.422
- Esigibili oltre l'esercizio successivo	15.195	15.195
Totale crediti verso altri	989.617	989.617
Totale Crediti (2)	4.953.194	4.083.756
3) Altri titoli	100.000	100.000
Totale Immobilizzazioni finanziarie (III)	5.237.273	4.363.629
Totale Immobilizzazioni (B)	**16.049.303**	**15.255.162**
C) Attivo circolante		
I. Rimanenze		
1) Materie prime, sussidiarie, e di consumo	482.492	738.169
Totale rimanenze (I)	482.492	738.169
II. Crediti		
1) verso clienti		
- Esigibili entro l'esercizio successivo	4.597.406	3.785.905
Totale crediti verso clienti (1)	4.597.406	3.785.905
2) verso imprese controllate		
- Esigibili entro l'esercizio successivo	70.001	267.273
Totale crediti vs. imprese controllate (2)	70.001	267.273
4bis) Crediti tributari		
- Esigibili entro l'esercizio successivo	168.349	297.167
- Esigibili oltre l'esercizio successivo	65.584	65.584
Totale crediti tributari (4bis)	233.933	362.751
4ter) Imposte anticipate		
- Esigibili entro l'esercizio successivo	66.355	61.538
Totale Imposte anticipate (4ter)	66.355	61.538
5) verso altri		
- Esigibili entro l'esercizio successivo	556.160	437.696
Totale crediti verso altri (5)	556.160	437.696
Totale Crediti (II)	5.523.855	4.915.163
III. Attività finanz. che non costit. immobiliz.		
6) Altri titoli	4.651	2.051
Totale att. fin. che non cost. immob. (III)	4.651	2.051
IV. Disponibilità liquide		
1) Depositi bancari e postali	750.983	1.205.149
3) Danaro e valori in cassa	3.087	5.697
Totale disponibilità liquide (IV)	754.070	1.210.846
TOTALE ATTIVO CIRCOLANTE (C)	6.765.068	6.866.229
D) Ratei e risconti		
- Ratei e risconti attivi	824.405	826.506
Totale ratei e risconti attivi (D)	824.405	826.506
TOTALE ATTIVO	**23.638.776**	**22.947.897**

Passivo e Patrimonio netto	31/12/2010	31/12/2009
A) Patrimonio netto		
I. Capitale	3.000.000	3.000.000
II. Riserva da sovrapprezzo delle azioni	0	0
III. Riserve di rivalutazioni	2.019.661	2.019.661
IV. Riserva legale	120.729	120.729
V. Riserve statutarie	0	0
VI. Riserva per azioni proprie in portafoglio	0	0
VII. Altre riserve, distintamente indicate		
- Riserva affrancata L. 266/2005	1.161.476	1.161.476
- Riserva straordinaria	369.752	369.752
- Differenza da arrotondamento ad unità di euro	-3	2
Totale altre riserve (VII)	1.531.225	1.531.230
VIII. Utili (perdite) portati a nuovo	210.960	350.742
IX. Utile (perdita) dell'esercizio		
Utile (perdita) dell'esercizio	373.743	- 139.782
Totale patrimonio netto (A)	**7.256.318**	**6.882.580**
B) Fondi per rischi e oneri		
Totale Fondi rischi e oneri (B)	0	**0**
C) Trattamento di fine rapporto di lav. subor.	**2.715.197**	**2.615.026**
D) Debiti		
4) Debiti verso banche		
- Esigibili entro l'esercizio successivo	3,469.181	3.446.523
- Esigibili oltre l'esercizio successivo	2.583.407	2.996.777
Totale debiti verso banche (4)	6.052.588	6.443.300
6) Acconti (ricevuti)		
- Esigibili entro l'esercizio successivo	0	0
Totale acconti ricevuti (6)	0	0
7) Debiti verso fornitori		
- Esigibili entro l'esercizio successivo	4.780.554	4.640.855
Totale debiti verso fornitori (7)	4.780.554	4.640.855
9) Debiti verso imprese controllate		
- Esigibili entro l'esercizio successivo	169.404	169.345
Totale debiti verso imprese controllate (9)	169.404	169.345
12) Debiti tributari		
- Esigibili entro l'esercizio successivo	656.284	553.073
Totale debiti tributari (12)	656.284	553.073
13)Debiti vs istituti di prev. e sicur. sociale		
- Esigibili entro l'esercizio successivo	605.739	569.852
Totale debiti vs ist. di prev. e sicur. soc. (13)	605.739	569.852
14) Altri debiti		
- Esigibili entro l'esercizio successivo	1.221.500	850.556
Totale altri debiti (14)	1.221.500	850.556
Totale debiti (D)	**13.486.069**	**13.226.981**
E) Ratei e risconti		
- Ratei e risconti passivi	181.192	223.310
Totale ratei e risconti passivi (E)	**181.192**	**223.310**
TOTALE PASSIVO E PATRIMONIO NETTO	**23.638.776**	**22.947.897**

	31/12/2010	31/12/2009
Conti d'ordine		
Rischi assunti dall'impresa		
Fidejussioni		
ad altre imprese	276.951	10.970
Totale fidejussioni	276.951	10.970
Garanzie reali		
ad altre imprese	6.125.000	6.125.000
Totale garanzie reali	6.125.000	6.125.000
Totale rischi assunti dall'impresa	6.401.951	6.135.970
Beni di terzi presso l'impresa		
altro	81.917	139.763
Totali beni di terzi presso l'impresa	81.917	139.763
TOTALE CONTI D'ORDINE	6.483.868	6.275.733

CONTO ECONOMICO	31/12/2010	31/12/2009
A) Valore della produzione:		
1) Ricavi delle vendite e delle prestazioni	26.230.377	26.571.836
5) Altri ricavi e proventi		
Altri	260.419	190.267
Totale Altri ricavi e proventi (5)	260.419	190.267
Totale valore della produzione (A)	**26.490.796**	**26.762.103**
B) Costi della produzione:		
6) per materie prime, sussid., di consumo e merci	4.062.301	4.298.086
7) per servizi	12.816.205	13.171.997
8) per godimento di beni di terzi	195.262	255.069
9) per il personale:		
a) salari e stipendi	5.216.857	5.184.389
b) oneri sociali	1.440.491	1.411.786
c) trattamento di fine rapporto	487.755	441.954
e) altri costi del personale	35.330	21.910
Totale costi per il personale (9)	7.180.433	7.060.039
10) Ammortamenti e svalutazioni		
a) ammort. delle immobilizz. immateriali	83.345	204.998
b) ammort. delle immobilizz. materiali	86.756	89.723
d) svalutazioni crediti attivo circol. e disponibilità liquide	123.602	120.642
Totale ammortamenti e svalutazioni (10)	293.703	415.363
11) Variazioni nelle rimanenze di materie prime, sussidiarie, di consumo e merci	255.677	548.628
14) Oneri diversi di gestione	362.686	407.863
Totale costi della produzione (B)	**25.166.267**	**26.157.045**
Differ. tra valore e costi della prod. (A-B)	**1.324.529**	**605.058**
C) Proventi e oneri finanziari:		
16) Altri proventi finanziari		
d) proventi diversi dai precedenti		
- Altri	34.148	68.398
Totale proventi diversi dai precedenti (d)	34.148	68.398
Totale altri proventi finanziari (16)	34.148	68.398
17) Interessi e altri oneri finanziari:		
Altri	380.769	456.155
Totale Interessi e altri oneri finanziari (17)	380.769	456.155
17bis) Utili e perdite su cambi	10.764	186
Totale prov. e oneri finanz. (C) (15+16-17+-17-bis)	**-335.857**	**- 387.571**
D) Rettifiche di valore di attività finanziarie:		
18) Rivalutazioni:		
b) di imm. finanziarie che non costit. partecip.	0	101
c) di titoli iscrit. nell' att. circol. (non partecipate)	0	0
Totale Rivalutazioni (18)	0	101
19) Svalutazioni:		
a) di partecipazioni	45.794	57.596
Totale Svalutazioni (19)	45.794	57.596
Totale rettifiche attività finanziarie (D) (18-19)	**-45.794**	**-57.495**
E) Proventi e oneri straordinari:		
20) Proventi:		
Plusvalenze da alienazioni ricavi non iscr. n. 5	12.378	17.279
Differenza da arrott. all'unità di euro	1	0
Altri	138.810	178.103
Totale Proventi (20)	151.189	195.382
21) Oneri :		
Minusvalenze da alienazioni effetti non iscr. 14	127	0
Altri	135.657	152.670
Totale Oneri (21)	135.784	152.670
Totale delle partite straordinarie (E) (20-21)	**15.405**	**42.712**
Risultato prima delle imposte (A-B+-C+-D+-E)	**958.283**	**202.704**
22) Imposte sul reddito dell'es. corr. diff. ant.		
Imposte correnti	589.357	348.338
Imposte anticipate	4.817	5.852
Imposte differite	0	0
Totale imposte sul reddito dell'esercizio (22)	584.540	342.486
23) Utile (Perdita) d'esercizio	**373.743**	**- 139.782**

PROSPETTO DI DETTAGLIO DELLE VOCI DEL BILANCIO AL 31/12/2010
da pubblicare ai sensi dell'art. 1, comma 33, del D.L. 23/10/1996 n. 545, convertito in Legge 23/12/1996 n. 650

RICAVI DELLA VENDITA DI COPIE	21.014.646	21.308.878
RICAVI PUBBLICITA'		
Diretta	247.035	243.210
Tramite concessionaria	4.196.320	4.234.352

RICAVI DA VENDITA DI INFORMAZIONI	0	0
RICAVI DA ALTRA ATTIVITA' EDITORIALE	212.648	445.336

Una giornata in montagna

Una colazione sostanziosa, per affrontare le salite. Tre spuntini raffinati, per uno zaino da gourmet. E al ritorno dalla gita, una vera cena alpina, sospesa tra rustico ed elegante

TORTA RUSTICA CON COSTE, FONTINA E PROSCIUTTO

MEDIA ●●

Tempo: circa 1 ora e 35' più il riposo

Ingredienti per 8: *• coste g 280 • farina g 250 • prosciutto cotto a dadini g 200 • Fontina Dop a dadini g 200 • burro g 160 • latte g 120 • 1 cipollotto g 70 • 2 uova • zucchero • noce moscata • olio extravergine di oliva • sale • pepe*

■ Lavorate il burro ammorbidito con g 2,5 di zucchero, g 5 di sale, 1 uovo, la farina e g 20 di latte. Avvolgete la pasta nella pellicola e fatela riposare in frigo per 30'.

■ Mondate le coste, tenendo il verde separato dal bianco. Scottate separatamente le due parti in acqua bollente salata (per 1' il verde, per 2' il bianco) e poi raffreddatele in acqua ghiacciata.

■ Scaldate il cipollotto affettato in un filo di olio, poi unite prima il bianco delle coste a dadini, salando, e dopo 1' anche il verde, con un pizzico di sale e pepe. Insaporitele ancora per 1', poi raccoglietele in una ciotola insieme al prosciutto e alla fontina (ripieno).

■ Battete 1 uovo con g 100 di latte, sale, pepe, un pizzico di noce moscata (composto).

■ Stendete la pasta a mm 3, foderate con essa una tortiera antiaderente (ø cm 26), rifilandola ai bordi. Distribuite sul fondo il ripieno, poi versatevi il composto.

■ Infornate la torta a 180 °C per circa 1 ora, mezz'ora con funzione ventilata, mezz'ora statica.

TARTINE ALLE NOCI CON MOCETTA DI CERVO

FACILE •

Tempo: circa 15'

Ingredienti per 4: *• mocetta di cervo g 40 • burro g 20 • rucola g 20 • cuori di sedano g 10 • 4 fettine di pane alle noci • senape forte • olio extravergine di oliva*

■ Amalgamate il burro ammorbidito con 3 cucchiaini di senape, fino a ottenere una salsa cremosa.

■ Tostate il pane in padella con un filo di olio.

■ Spalmate la salsa sul pane, mettete qualche fogliolina di rucola, poi la mocetta affettata sottilmente. Completate con il sedano tagliato a fettine.

FRITTATA ALL'ERBA SAN PIETRO CON VERDURE AGROPICCANTI

MEDIA ••

Tempo: circa 40'

Ingredienti per 4: *• aceto litri 1 • ciuffetti di cavolfiore g 150 • funghi cardoncelli (cappelle) g 100 • zucchine trombetta g 100 • peperone rosso g 100 e giallo g 100 • cipolla rossa g 100 • sedano g 50 • erba San Pietro g 20 • 6 uova • 1 cipollotto • burro • alloro • olio extravergine • pepe nero e di Sichuan • sale fino e grosso*

■ Portate a bollore 1 litro di acqua con l'aceto, 2 foglie di alloro, 3-4 grani di pepe di Sichuan, sale grosso. Tagliate le zucchine a rondelle, la cipolla in 8 spicchi, i peperoni a listerelle, il sedano e i funghi a tocchetti.

■ Sbollentate cipolle, sedano, zucchine e peperoni per 30 secondi, i cavolfiori per 1', i funghi, per ultimi, mezzo minuto. Mettete a raffreddare le verdure in una bacinella di acqua e ghiaccio, via via che le scolate.

■ Sgocciolate le verdure dall'acqua fredda, asciugatele, raccoglietele in una ciotola e conditele con un filo di olio, sale, pepe di Sichuan e alloro fresco.

■ Rosolate il cipollotto affettato con un po' del suo verde in una noce di burro. Quando sfrigola, unite l'erba San Pietro tagliata a pezzetti, appassitela per 2', poi aggiungete le uova, precedentemente battute in una ciotola con un pizzico di sale e pepe.

■ Cuocete la frittata smuovendola di continuo finché non comincerà a rapprendersi, poi abbassate il fuoco, copritela e cuocetela fin quando non sarà dorata.

SANDWICH DI PANE NERO, PESCE MARINATO E MAIONESE AL RAFANO

FACILE •

Tempo: circa 25'

Ingredienti per 4: *• filetto di trota marinato già pronto g 200 • rafano fresco g 10 • 12 fettine sottili di pane nero • 4 ravanelli • insalata fresca a piacere • maionese • aghi di pino • olio extravergine di oliva*

■ Ungete le fettine di pane con un filo di olio e tostatele in forno a 180 °C per circa 6-7'.

■ Sbucciate il rafano, grattugiatelo e mescolatelo con 3 cucchiaini di maionese.

■ Tritate un ciuffo di aghi di pino e con essi cospargete la trota; tagliatela poi a fettine di sbieco, come il salmone: rimarrà il verde solo sul bordo delle fettine.

■ Spalmate una fettina di pane con la maionese al rafano, disponetevi qualche fettina di trota, un po' di insalata e di ravanello a rondelle sottili. Coprite con altro pane, maionese, trota e insalatina e chiudete con un'ultima fettina di pane. Preparate così altri 3 sandwich.

TROTA ARROSTITA SULLA PELLE CON PURÈ DI MELE

MEDIA ●●

Tempo: circa 35'

Ingredienti per 4: *• Pinot nero g 500 • 4 filetti di trota g 400 • vino bianco g 50 • zucchero g 40 • burro g 20 • pepe di Sichuan g 5 • 2 mele verdi • 1 limone • alloro • fiori ed erbe di montagna • olio extravergine • sale*

■ In una casseruola cuocete il Pinot nero con il pepe, una foglia di alloro e g 20 di zucchero finché non si sarà ridotto a circa g 100. Filtrate questa riduzione.

■ Detorsolate e tagliate a pezzetti le mele, senza sbucciarle. Cuocetele saltandole in padella in g 20 di zucchero già un po' caramellato con il burro e la scorza grattugiata di mezzo limone. Dopo 2-3' unite il succo di mezzo limone e dopo altri 2' sfumate con il vino bianco. Spegnete e frullate tutto nel frullatore fino a ottenere un purè omogeneo.

■ Accomodate i filetti di trota spinati, con la pelle verso il basso, in una padella in un velo di olio caldo e cuoceteli a fuoco bassissimo per 5-6'. Aggiustate di sale.

■ "Sporcate" i piatti con la riduzione e servite i filetti poggiandoli sopra il purè di mele e decorando con fiori ed erbe di montagna a piacere.

ORZOTTO CON FORMAGGIO DI CAPRA E FIORI DI ZUCCA

FACILE

Tempo: circa 40' più l'ammollo

Ingredienti per 4: *• orzo perlato g 250 • latte di capra g 250 • formaggio fresco di capra g 250 • nocciole tostate g 50 • 24 fiori di zucca freschi • 1 scalogno • burro • vino bianco secco • brodo vegetale • olio extravergine di oliva • sale • pepe*

■ Mettete l'orzo in ammollo in acqua per almeno 3 ore.

■ Togliete il picciolo ai fiori di zucca, apriteli a metà e tagliateli a striscioline.

■ Soffriggete lo scalogno tritato in una casseruola con un cucchiaio di olio e una noce di burro. Unite l'orzo, scolato, tostatelo per 2', poi salate e pepate.

■ Sfumate con un bicchiere di vino. Dopo 3-4' coprite a filo con brodo vegetale e cuocete per altri 5'.

■ Aggiungete il latte di capra, scaldato e un po' "montato", cuocete ancora per 3-4', infine aggiungete anche il formaggio a pezzetti, mescolate cuocendo ancora per 2'. Aggiustate di sale e pepe e completate con i fiori di zucca.

■ Spegnete, mantecate con g 40 di burro e servite con le nocciole spezzettate grossolanamente.

FILETTO DI CAPRIOLO CON FICHI E CIPOLLOTTI

MEDIA ●●

Tempo: circa 40'

Ingredienti per 4: *• Porto g 500 • filetto di capriolo g 480 • 8 fichi • 4 cipollotti • 2 spicchi di aglio • burro • zucchero • fiori ed erbe di montagna • olio extravergine di oliva • sale • pepe*

■ Cuocete in una casseruolina g 20 di zucchero con g 10 di burro per 2-3', finché non si caramella leggermente. Aggiungetevi 4 fichi, pelati e tagliati a pezzetti, fateli insaporire mescolando per 2', poi unite il Porto. Fate cuocere finché il liquido non si sarà ridotto di circa la metà. Frullate tutto e passate la salsa al colino.

■ In una padella sciogliete g 10 di burro con 2 cucchiai di olio e l'aglio schiacciato, con la buccia. Quando comincia a sfrigolare, unitevi il filetto, intero, dopo averlo massaggiato con il sale su tutta la superficie. Rosolatelo per circa 4', girandolo su ogni lato.

■ Trasferitelo su una teglietta e completate la cottura in forno ventilato a 180 °C per 2'. Fatelo poi riposare per circa 10' avvolto in un foglio di alluminio.

■ Intanto saltate i cipollotti tagliati in 4 con una nocciola di burro e un cucchiaio di olio, sale, pepe; dopo 2' unite gli altri 4 fichi, tagliati in 4 spicchi con la pelle. Scottateli per 1', unite un goccio di acqua e spegnete.

■ Servite il filetto tagliato a trancetti, posato sulla salsa, accompagnandolo con i fichi e i cipollotti. Decorate con fiori ed erbe di montagna a piacere.

TEGOLE VALDOSTANE E FIOCCA

MEDIA ●●

Tempo: circa 2 ore e 30'

Ingredienti per 10: *• panna fiocca (panna doppia particolarmente densa) g 500 • zucchero semolato g 160 • farina di nocciole g 100 • albume g 80 • zucchero a velo g 80 • farina di mandorle g 30 • farina 00 g 30 • 2 cucchiai di grappa • sale*

■ Miscelate la farina di nocciole e quella di mandorle, quindi incorporatevi prima lo zucchero semolato, poi l'albume montato a neve ben ferma con un pizzico di sale e, solo alla fine, la farina 00. Su una teglia foderata con una stuoia antiaderente stendete l'impasto ottenuto formando dei dischi molto sottili (ø cm 8-10); infornateli, a più riprese, a 180 °C per 8-10'. Dovrete ricavare più di una sessantina di tegole.

■ Montate la panna con lo zucchero a velo rendendola cremosa, quindi profumatela con la grappa.

■ Spalmatela sulle tegole, accoppiandole poi a due a due. Altrimenti servite la fiocca in coppette, accompagnandola con le tegole a parte.

Ricette Fabio Barbaglini, testi Laura Forti, styling Cristina Dal Ben e Beatrice Prada, foto Adriano Brusaferri. *Piatto piano bianco Royal Copenhagen, piatto fondo azzurro, ciotola azzurra e tazzina da caffè la Rinascente, bicchiere Jannelli & Volpi, posate chiudibili con manico nero Keen Blades, forchetta liscia di metallo Iittala, cucchiaio metallico con manico lavorato Italesse, paletta da dolce Arthur Krupp, contenitore in alluminio Sigg, ovale di legno Künzi, vassoio 1di legno Centrotavola, piano di legno grezzo e runner di lino grezzo Rossana Orlandi, tovagliolo bianco Bellora, tovaglia bianca di canapa Esercizi di Stile, tovaglia a quadretti Rubelli. Indirizzi nell'ultima pagina.*

Il Sole 24 ORE S.p.A.
Sede legale e Amministrazione: Via Monte Rosa 91 - 20149 Milano - Tel. 02 3022.1 - www.ilsole24ore.com
Capitale Sociale Euro 35.123.787,40 i.v. - n. 00777910159 di Cod. Fisc., P.IVA e iscrizione nel Registro Imprese di Milano - R.E.A. n. 694938 pubblicato ai sensi dell'articolo 9, della delibera 129/02/CONS dell'Autorità per le Garanzie nelle Comunicazioni, denominata Informativa Economica di Settore.

BILANCIO AL 31.12.2010

IL SOLE 24 ORE SPA

STATO PATRIMONIALE

Valori in migliaia di euro

ATTIVITÀ

	31.12.2010	31.12.2009
Attività non correnti		
Immobili, impianti e macchinari	80.929	86.125
Avviamento	18.233	513
Attività immateriali	35.708	18.915
Partecipazioni in società collegate e joint venture	1.320	1.320
Attività finanziarie disponibili per la vendita	875	2.875
Altre attività finanziarie non correnti	19.724	19.168
Altre attività non correnti	119.062	150.668
Attività per imposte anticipate	37.623	18.092
Totale	**313.474**	**297.676**
Attività correnti		
Rimanenze	5.645	10.770
Crediti commerciali	152.767	149.408
Altri crediti	10.821	8.291
Altre attività finanziarie correnti	9.928	21.420
Altre attività correnti	5.320	5.459
Disponibilità liquide e mezzi equivalenti	68.873	87.383
Totale	**253.355**	**282.731**
Attività destinate alla vendita	-	1.591
TOTALE ATTIVITÀ	**566.828**	**581.998**

PATRIMONIO NETTO E PASSIVITÀ

A) Patrimonio netto	31.12.2010	31.12.2009
Patrimonio netto		
Capitale sociale	35.124	35.124
Riserve di capitale	180.316	180.316
Riserve di rivalutazione	20.561	20.561
Riserve di copertura e di traduzione	(339)	(333)
Riserve - Altre	26.638	35.385
Utili (Perdite) portati a nuovo	62.190	99.252
Utile (Perdita) dell'esercizio	(35.686)	(46.436)
Totale Patrimonio netto	**288.804**	**323.869**
B) Passività non correnti		
Passività finanziarie non correnti	7.481	10.144
Benefici ai dipendenti	33.189	32.041
Passività per imposte differite	6.562	740
Fondi rischi e oneri	14.944	13.717
Altre passività non correnti	34	34
Totale	**62.211**	**56.676**
C) Passività correnti		
Scoperti e finanziamenti bancari scadenti entro l'anno	2.663	3.143
Altre passività finanziarie correnti	478	4.162
Passività finanziarie detenute per la negoziazione	468	459
Debiti commerciali	150.510	140.244
Altre passività correnti	5.177	4.398
Altri debiti	56.519	49.047
Totale	**215.813**	**201.453**
Passività destinate alla vendita	-	-
Totale passività	**278.024**	**258.129**
TOTALE PATRIMONIO NETTO E PASSIVITÀ	**566.828**	**581.998**

CONTO ECONOMICO

IL SOLE 24 ORE SPA

Valori in migliaia di euro

	2010	2009
Ricavi quotidiani, libri e periodici	134.006	146.642
Ricavi pubblicitari	182.637	161.554
Altri ricavi	101.732	99.007
Totale ricavi	**418.375**	**407.203**
Altri proventi operativi	17.833	13.604
Costi del personale	(157.647)	(153.756)
Variazione delle rimanenze	(6.821)	(1.842)
Acquisti materie prime e di consumo	(19.519)	(28.596)
Costi per servizi	(224.051)	(213.046)
Costi per godimento di beni di terzi	(27.860)	(25.680)
Oneri diversi di gestione	(10.689)	(9.561)
Accantonamenti	(3.048)	(2.396)
Svalutazione crediti	(7.181)	(5.623)
Margine operativo lordo	**(20.608)**	**(19.693)**
Ammortamenti attività immateriali	(6.594)	(3.369)
Ammortamenti attività materiali	(10.300)	(10.005)
Minusvalenze/Plusvalenze da cessione attività non correnti	(2.008)	225
Risultato operativo	**(39.509)**	**(32.842)**
Proventi finanziari	1.840	3.199
Oneri finanziari	(602)	(472)
Totale Proventi (Oneri) finanziari	**1.238**	**2.727**
Altri proventi (oneri) da attività e passività di investimento	(4.074)	(20.642)
Risultato prima delle imposte	**(42.346)**	**(50.757)**
Imposte sul reddito	6.660	4.321
Risultato netto	**(35.686)**	**(46.436)**

PROSPETTO DI DETTAGLIO DELLE VOCI DI BILANCIO PUBBLICATO AI SENSI DELL'ART. 9 DELLA DELIBERA 129/02/CONS DELL'AUTORITÀ PER LE GARANZIE NELLE COMUNICAZIONI, DENOMINATA INFORMATIVA ECONOMICA DI SISTEMA

01	Vendita di copie	123.866.427,61
02	Pubblicità	133.977.577,78
03	- Diretta	133.977.577,78
04	- Tramite concessionaria	-
05	Ricavi da editoria online	424.843,71
06	- Abbonamenti	424.843,71
07	- Pubblicità	-
08	Ricavi da vendita e di informazioni	-
09	Ricavi da altra attività editoriale	43.106.788,43
10	Totale voci 01+02+05+08+09	301.375.637,53

ELENCO DELLE TESTATE IN ESCLUSIVA PUBBLICITARIA PER L'ANNO 2010

Editore	Testata
S.I.P.I. S.r.l.	L'imprenditore
S.I.P.I. S.r.l.	Quale Impresa
T .& P. Editori S.r.l.	Il Domani
Guido Talarico Editore S.p.a.	Aste Infoappalti
Guido Talarico Editore S.p.a.	Aste Infoappalti Calabria
Cooperativa Millenaria scarl	Quieconomia
Guido Talarico Editore S.p.a.	Insideart
Editrice Quadratum S.p.a.	Cucina italiana
Editrice Quadratum S.p.a.	Rolling Stone
Rizzoli Publishing S.r.l.	I viaggi del Sole
Radio Margherita sas	Radio Margherita
Ed. Riformiste Soc. Coop.	www.libero-news.it
De Agostini Editore S.p.a.	www.sapere.it
TicketOne S.p.a.	www.ticketone.it
DownLovers S.p.a.	www.downlovers.it
Il Foglio Quotidiano soc. coop.	www.ilfoglio.it
Guida Monaci S.p.a.	www.guidamonaci.it
Dagospia S.r.l.	www.dagospia.it
Editoriale Libero S.r.l.	www.ilriformista.it
Donne sul Web S.r.l.	www.donnesulweb.it
De Agostini Editore S.p.a.	www.deabyday.it
Rockol.com S.r.l.	www.rockol.it
Blogosfere S.r.l.	www.blogosfere.it
Nexta Media S.r.l.	www.film.it
Nexta Media S.r.l.	www.stile.it
Nexta Media S.r.l.	www.sport.it
FastWeb spa	www.fastweb.it
Italia News S.r.l.	www.italianews.it
Cocopelli S.r.l. (Ex Sergio Chiesa)	www.datasport.it
T Cube S.r.l.	www.meteo.it
Publiedi S.r.l.	www.gazzettadiparma.it

I consigli di **Walter Pedrazzi**

Arrostire carni e pesci con le marinate

I condimenti conferiscono alle pietanze maggiore appetibilità e sapidità e ne migliorano la digeribilità. È importante saperli dosare con attenzione per non mascherare le naturali caratteristiche organolettiche dei cibi **Foto Riccardo Lettieri**

■ **1** Le spezie come curry, tandoori, garam masala, coriandolo hanno profumi decisi e sono adatte per pollame, agnello o maiale. Ne basta un pizzico per dare sensazioni piacevoli. Si possono anche stemperare in olio, yogurt o latte di cocco. Lasciate "marinare" per 1-2 ore.

■ **2** Le erbe aromatiche si usano fresche, tritate o sminuzzate per facilitare la fuoriuscita degli oli essenziali. Le erbe secche hanno aromi più concentrati, quindi si usano in quantità ridotte. Le marinate per le carni si completano con un filo di olio, mai con il sale, per evitare la perdita dei succhi dai tessuti. Per le carni sono adatti rosmarino, salvia, timo, maggiorana, santoreggia, menta.

■ **3** Tutte le spezie, in particolare il pepe, è meglio usarle pestandole al momento, perché possano esprimere al meglio ricchezza e "freschezza" aromatica.

■ **4-5** Prezzemolo, aneto, cerfoglio, erba cipollina, timo sono le erbe più adeguate per il pesce. Per i crostacei e i molluschi si possono utilizzare anche alcune spezie come coriandolo o curry. Nei pesci interi si possono inserire nell'apertura ventrale oppure si possono praticare incisioni per facilitare la cottura e fare penetrare meglio i condimenti.

■ **6** Per condire e marinare i crostacei si possono impiegare anche gli agrumi particolarmente profumati come il lime, dopo averli pestati con spezie e olio.

■ **7** Una semplice e pratica "leccarda" costruita con fogli di alluminio, secondo la lunghezza del vostro spiedo, può essere arricchita con olio, aromi, vino. Posta sotto lo spiedo raccoglierà i succhi della carne, che potranno essere poi utilizzati per spennellarla.

Dalla **Grecia**

Un gratin saporito

Un piatto profumato di Mediterraneo, che si può servire, insieme ad altri assaggi, tra le mezedes, *i tipici antipasti offerti come apertura della cena*

Preparazione a cura di Joëlle Néderlants, testi Laura Forti, foto Riccardo Lettieri

È a tal punto protagonista della cucina greca che l'insalata in cui si mescola a dadini con gli altri ingredienti si chiama, appunto, "insalata greca": parliamo della feta, un formaggio prodotto inizialmente con latte di capra, di pecora o misto, oggi prevalentemente con latte vaccino. Si mangia solitamente poco stagionato: dopo una trentina di giorni in salamoia è pronto per il consumo. Viene servito spesso come *mezè* (o per usare il termine greco, collettivo, *mezedes*), tagliato a cubetti con olio e pepe, insieme all'ouzo, il tipico liquore all'anice. La condivisione di una serie di piccoli assaggi con un "bicchiere" e tanti amici è una parte importantissima della cultura gastronomica della Grecia, come del resto accade in Turchia, ma anche negli altri paesi orientali e mediorientali, fino alla Spagna e ormai anche in Italia. Servite in piccole porzioni, le *mezedes* si moltiplicano sulla tavola a mano a mano che il giro di amici si allarga, e spesso sostituiscono l'intera cena. E come *mezè* può essere servito anche questo piatto che, pure, apparterrebbe alle portate di pesce: la presenza del pomodoro e dell'aglio rafforza il carattere mediterraneo di questo gratin marinaro e molto estivo. Da gustare magari accompagnato con un fresco bicchiere di Retsina, il vino bianco greco.

FACILE

Tempo: 1 ora e 10'

Ingredienti per 6:
- *pomodori kg 1*
- *code di gambero g 500* • *formaggio feta g 160*
- *1 cipolla g 130*
- *1 spicchio di aglio* • *prezzemolo*
- *olio extravergine di oliva*
- *sale* • *pepe*

■ **1** Scegliete dei pomodori da sugo ben maturi e succosi (noi abbiamo usato i perini), incideteli con un taglio a croce sul fondo e scottateli in acqua bollente per poco più di 1', in modo da poterli pelare più facilmente, poi tagliateli a pezzetti.

■ **2** Mondate la cipolla e tritatela. Mettetela in una casseruola con 2-3 cucchiai di olio e fatela rosolare dolcemente per qualche minuto. Quando comincia a imbiondirsi, unite i pomodori a pezzetti, salate, pepate e fateli cuocere a fuoco molto basso, col coperchio, per circa 30', mescolando ogni tanto e controllando che non si asciughino troppo: nel caso, unite un po' di acqua.

■ **3** Nel frattempo, sgusciate le code di gambero e privatele del loro filamento interno.

■ **4** Aggiungete al sugo in cottura un trito di prezzemolo e aglio e cuocete per altri 5-6', spegnete, pepate e aggiustate di sale, se necessario.

■ **5** Distribuite il sugo sul fondo di 6 piccole pirofile; disponetevi sopra le code di gambero e completate con uno strato di feta sbriciolata.

■ **6** Infornate le pirofile a 190 °C finché il formaggio sarà lievemente dorato e i gamberi saranno cotti (circa 10'). Sfornate le pirofile, completate con poco prezzemolo tritato e servite caldo.

Pirofile Maxwell & Williams, tovagliolo Croff, tessuto Rubelli. Indirizzi nell'ultima pagina.

Tra le vigne **del Trentino**

Sulla strada della Nosiola

Dal Garda a Trento, fino alle terrazze della Val di Cembra: è qui che si sviluppa il territorio di un vino antico, che sta tornando di moda. Anche grazie alla sua versione "santa"

Testo e foto Marco Santini

1. La nosiola, vitigno autoctono trentino di storia antica ma anche di moderno successo. Nella Valle dei Laghi, che si estende da Trento al Garda, e sulle colline sopra Lavis, la nosiola trova il suo microclima perfetto.

L'Ora, il vento teso che viene dal lago, soffia sulla rinascita della nosiola, unico vitigno bianco autoctono del Trentino, di storia antica ma giovinezza attuale. Le zone d'elezione della nosiola sono la Valle dei Laghi, fra il Garda e Trento, e la collina di Sorni sopra a Lavis fino all'imbocco della Val di Cembra. E proprio dal lago di Garda muove questo itinerario alla scoperta di un vino elegante e del suo territorio, ricco di sorprese non solo enologiche.

Le origini della nosiola si perdono nel tempo, di certo il vitigno era presente in Trentino ai tempi del Concilio di Trento. Non è chiara neppure l'etimologia del nome: secondo alcuni deriva dalla coltivazione in zone miti dove spesso i filari sono vicino ad alberi di nocciolo; altri sostengono che derivi dal colore dell'uva matura che ricorda quello della nocciola selvatica, e c'è assai da discutere sui profumi che ricorderebbero le nocciole tostate...
Vinificata in purezza, oggi dalla nosiola si ottengono un bianco secco, minerale, elegante, caratterizzato da acidità importante, e il Vino Santo, frutto di un lungo appassimento delle uve sulle caratteristiche *arèle* (graticci), dove gli acini vendemmiati rimangono fino a Pasqua: un vino dolce, opulento, equilibrato dall'acidità che lo rende poco o nulla stucchevole.

Lasciato alle spalle il lago a Torbole, subito si incontra la prima tappa golosa: l'Azienda Agricola Madonna delle Vittorie, in località Linfano, che produce due oli extravergini pluripremiati. L'Extravergine Garda Dop Trentino denocciolato monocultivar e l'Extravergine Madonna delle Vittorie sono ottenuti solo da olive di proprietà spremute nel frantoio immediatamente dopo la raccolta, filtrati per gravità attraverso il cotone e conservati sotto azoto in ambienti termocondizionati.
Dalla piana alluvionale del fiume Sarca la strada sale verso Arco e la Valle dei Laghi. Si viaggia accompagnati da imponenti pareti di roccia, un ambiente selvaggio che è diventato palestra per scalatori e amanti del canyoning e del parapendio. In questo straordinario contesto naturale si può scegliere di fare base al "Vivere Suites and Rooms", elegante agriturismo immerso in un vigneto.
Il primo vero incontro con la nosiola è segnato dai riflessi immobili e rarefatti delle acque del lago di Cavedine, a Pietramurata. L'Azienda Agricola Gino Pedrotti è un bell'esempio di passione, competenza ed entusiasmo. Giuseppe Pedrotti è un personaggio da incontrare: una passeggiata in vigna con lui rivela il rispetto e la profonda conoscenza della natura, la degustazione dei suoi vini smaschera l'eccellente vignaiolo. Fra gli altri, la Nosiola in purezza e il Vino Santo, sono il frutto di una storia di famiglia che dura da un secolo. "Il Vino Santo di questa zona era già apprezzato agli inizi dell'800. Il suo mercato primo era l'aristocrazia dell'Impero Asburgico", racconta Giuseppe. "Dopo la prima guerra mondiale ci fu un crollo della domanda e pochi hanno conservato la tradizione di questo vino". L'azienda Pedrotti lo produce dal 1977, oggi con metodo biologico. La nosiola vendemmiata ben matura viene disposta su graticci di legno impilati in ambienti ventilati, dove »

appassisce grazie all'azione dell'Ora, il vento del Garda. Il vino che se ne ricava è dolce, opulento: si può assaggiare nella sala degustazione allestita dai Pedrotti (insieme agli altri vini della casa, accompagnati da prodotti locali). Il suo colore caldo, fra l'oro e il bronzo, è un'esplosione di sensualità. Al naso regala sentori di fichi secchi e datteri che poi si ritroveranno in bocca, dove risulta concentrato, quasi barocco, ma elegante e pulito grazie a una acidità ben presente.

A Lasino e Castel Madruzzo le vigne si alzano verso i rilievi del versante orientale della valle e i filari regalano colpi d'occhio spettacolari, incorniciati dai profili aguzzi delle Dolomiti del Brenta. In questo contesto forte, perfettamente integrata nel paesaggio, ecco l'Azienda Agricola Pravis, dove opera Erika Pedrini, appena votata miglior giovane enologa europea dalla giuria dell'Art Vinum Award 2011 di Stoccarda. Lo stile che Erika regala alla sua nosiola è improntato all'eleganza e alla finezza. Dopo una visita della cantina (molto bella la barricaia), sono da provare l'Ora, nosiola in purezza, lasciata appassire un mese e quindi affinata in botti d'acacia, e il Vino Santo, capace di grandi invecchiamenti e da abbinare ai formaggi erborinati.

Per assaggi e acquisti enogastronomici scendiamo fino a Sarche, all'"Hosteria Toblino", cantina, ristorante e negozio di specialità trentine dove si trova un assortimento completo: dallo speck al Trentingrana, dal Vino Santo alle bollicine e all'olio d'oliva. In tavola, interessanti i tradizionali *gnocchi di ricotta d'affioramento con pinoli e uvetta* e il *carpaccio di carne salada*. Proseguendo lungo il fondovalle in pochi minuti si raggiunge il lago di Toblino, vero gioiello tra i laghetti alpini del Trentino. Arroccato su di una piccola penisola al centro dello specchio d'acqua, il Castel Toblino ospita l'omonimo ristorante, palcoscenico dello chef Stefano Bertoni. Dalla sua cucina escono moderne interpretazioni degli ingredienti del territorio ma anche eleganti puntate verso il Mediterraneo. Da non perdere i *tortelli di burrata*, l'*hamburger di cervo con gelato alla senape* e tutte le variazioni del pesce di lago, in particolare il persico e il lavarello.

Una breve passeggiata lungo la riva settentrionale del lago ci porta al piccolo borgo di Santa Massenza. Lo spirito del villaggio è ben dichiarato dai cartelli esposti in piazza che indicano ben cinque distillerie di grappa: tutte si chiamano Poli. Scegliamo quella di Giovanni Poli e per rimanere in tema proviamo le grappe di nosiola. Sono due: quella di Vino Santo, ottenuta dalle vinacce essiccate e impiegate per il Vino Santo (questa grappa viene poi affinata in barrique per 12 anni) e quella bianca che si ottiene dalle vinacce fresche. La qualità notevole dipende dal processo di distillazione che qui avviene in modo discontinuo a bagnomaria. Un metodo inventato proprio da queste parti da Tullio Zadra nel 1949 e oggi seguito da tutti i distillatori trentini. »

La ricetta

Carne salada

Carne pregiata di bovino adulto, salata e aromatizzata in salamoia. Consistente al tatto, di colore rosso rubino, gradevolmente sapida, di profumo aromatico e speziato, la *carne salada* (nella foto un carpaccio dell'"Hosteria Toblino") è una specialità nata nell'area compresa tra i comuni di Arco, Varone e Tenno. Si tratta di carne magrissima, con un tenore medio di grassi dell'1%. Già agli albori del '700 si parlava di questo prodotto e della sua tipicità.

FINO AGLI ANNI '50 si usava salmistrare i pezzi di manzo che si volevano conservare per poterli consumare durante l'inverno e la primavera. Le carni così conservate erano poi bollite nell'acqua senza ulteriore sale.

DOPO UN'ACCURATA FROLLATURA la fesa di manzo viene ripulita da nervi e grasso. Ogni singolo pezzo viene passato a secco in una miscela di sale medio/grosso, alloro, pepe nero, bacche di ginepro, aglio a spicchi schiacciati e rosmarino.

LA CARNE TRATTATA VA RIPOSTA in appositi contenitori, un tempo in legno o terracotta, oggi d'acciaio, evitando vuoti d'aria tra i pezzi lasciati a insaporire.

I CONTENITORI VENGONO CHIUSI con coperchi su cui vengono aggiunti pesi per favorire la fuoriuscita dell'acqua e l'assimilazione degli aromi. La maturazione della carne avviene in 20-25 giorni. Il liquido che la carne perde durante questa fase e che arriva a ricoprirla completamente non è altro che la salamoia. Da qui il nome di "carne salmistrata" o *carne salada*. Si può consumare cruda, condita con olio extravergine d'oliva. La ricetta tradizionale la vuole accompagnata dai *fasòi en bronzòn* (padella di bronzo) con pane nero o con torta di patate.

1.5. Giovanni Poli. A Santa Massenza ben 5 distillerie si chiamano Poli. 2. La Valle dei Laghi e il suo straordinario contesto naturale. 3. Erika Pedrini nella barricaia Pravis. 4. L'atmosfera accogliente del "Maso Franch". 6. Dalle uve di nosiola si ricavano eleganti bianchi secchi e Vini Santi di carattere. 7. Francesco Cesconi dell'Azienda Agricola Cesconi.

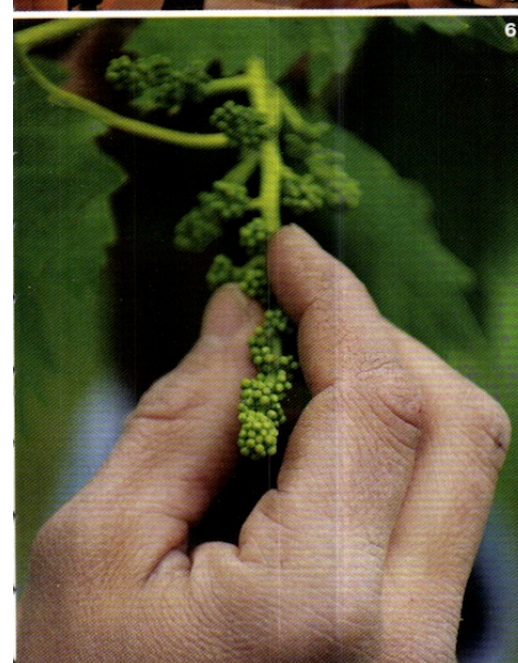
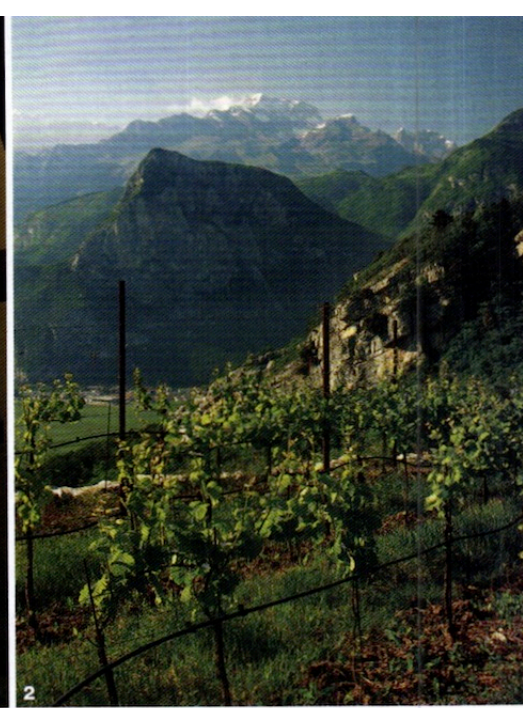
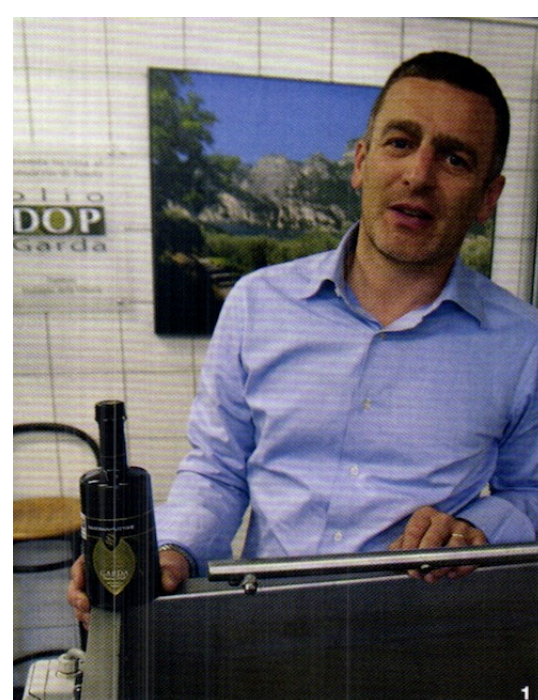
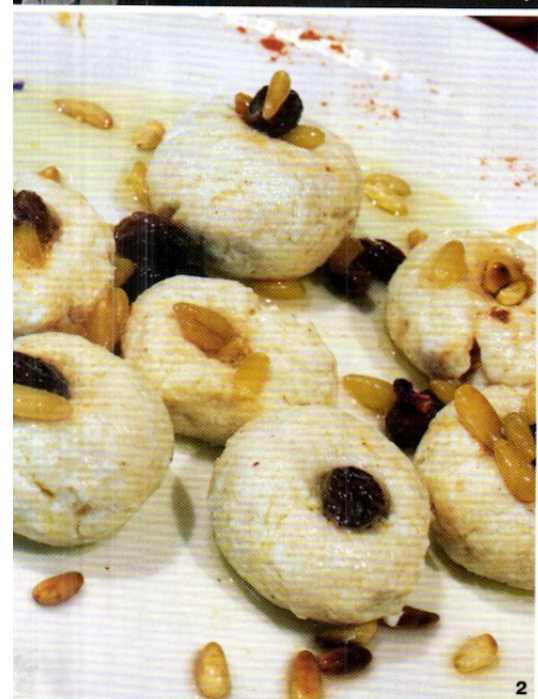
1 2

3

4 5

TRENTO
DISTILLERIA E AZ. AGRICOLA CASIMIRO POLI
DISTILLERIA AZ. AGRICOLA GIULIO POLI
FRANCESCO POLI
DISTILLERIA E AZ. AGRICOLA GIOVANNI POLI

6

7

1. Massimo Azzolini dell'Azienda Agricola Madonna delle Vittorie.
2. *Gnocchi di ricotta d'affioramento con pinoli e uvetta* dell'"Hosteria Toblino".
3. Il lago di Garda: con il suo vento Ora contribuisce al microclima favorevole alla nosiola.
4.5. *Conchiglie al pesto leggero con taccole e trota salmonata* del ristorante "Castel Toblino" e lo chef Stefano Bertoni.
6. L'ariosa struttura dell'agriturismo "Vivere Suites and Rooms" di Arco.
7. Giuseppe Pedrotti dell'Azienda Agricola Gino Pedrotti.

"Al Vecchio Mulino", ristorante che incontriamo appena superata Vezzano, in direzione Trento, è un bell'esempio di ristrutturazione, con un'ala ultramoderna poggiata al vecchio edificio. In un ambiente caldo, con servizio molto curato, sono da provare la *tartara di carne salada* e la *trota al Vino Santo*. Poco più avanti, un bivio a destra porta velocemente fino a Sopramonte, dove si trova l' "Antica Salumeria Belli: cinque generazioni all'insegna della carne salada, luganega (sia sotto forma di salsiccia fresca che stagionata) e speck, meno affumicato di quello alto-atesino. A Sopramonte si può pernottare presso il "Relais Vecchio Maso": charme, tranquillità e una biblioteca a disposizione degli ospiti.

Superiamo d'un balzo la città di Trento per raggiungere la seconda zona di elezione della nosiola: la collina di Sorni, in bilico fra la Val di Cembra e la piana Rotaliana. Arrivati a Lavis si sale fra le vigne in direzione di Pressano. Qui è bello perdersi lungo le stradine della Strada del Vino, che si sviluppano come un reticolo fra i filari, e salire a poco a poco, senza una meta precisa, fino a imboccare la Val di Cembra. Famosa per il porfido e per le piramidi di terra, regala fughe di vigneti a perdita d'occhio. In questa zona la nosiola produce le sue espressioni più fini e minerali, caratterizzate da un'acidità netta che lascia presagire buona capacità d'invecchiamento. Brillano realtà come Cesconi e Fanti, entrambe impegnate nel promuovere l'agricoltura biologica; più avanti, verso San Michele all'Adige, la cantina del Maso Poli merita una visita per il design e per la posizione oltre che per i vini.

In Val di Cembra sono due i ristoranti da provare: la "Trattoria Vecchia Sorni", una terrazza sulla piana Rotaliana dove gustare cucina tradizionale ben eseguita, con ampio uso di ingredienti bio, è l'indirizzo giusto per il pranzo. Il "Maso Franch" è ideale per la sera: offre una scelta di stanze confortevoli, dal design raffinato. Il ristorante propone un menu del territorio, in cui spiccano la *minestra di fieno con ravioloni di grano saraceno e ricotta di capra*, e la *semolada di Maso Franch con finferli e luganega*. Buona la carta dei vini: etichette trentine e nosiola in primo piano.

Indirizzi utili

PRODUTTORI • Cesconi, via Marconi 39, Pressano di Lavis (Tn), tel. 0461240355 • Fanti, piazza Croce 3, Pressano di Lavis (Tn), tel. 0461240809 • Madonna delle Vittorie, via Linfano 81, Arco (Tn), tel. 0464505542 • Maso Poli, Strada del Vino 33, Pressano di Lavis (Tn), tel. 0461871519 • Gino Pedrotti, via Cavedine 7, Pietramurata (Tn), tel. 0461564123 • Pravis, loc. Le Biolche, Lasino (Tn), tel. 0461564305 • Giovanni Poli, via Vezzano 37, Santa Massenza (Tn), tel. 0461864119 **MANGIARE** • Al Vecchio Mulino, loc. Naran 1, Vezzano (Tn), tel. 0461864277 • Castel Toblino, via Caffaro 1, Sarche (Tn), tel. 0461864036 • Hosteria Toblino, via Garda 3, Sarche (Tn), tel. 0461564168 • Maso Franch, Giovo (Tn), tel. 0461245533 • Trattoria Vecchia Sorni, piazza Assunta 40, Sorni (Tn), tel. 0461870541 **DORMIRE** • Vivere Suites and Rooms, via Epifanio Gobbi, Arco (Tn), tel. 0464514786, www.agrivivere.com • Relais Vecchio Maso, strada Monastero Sant'Anna 2, Sopramonte (Tn), tel. 04611922000 • Maso Franch, Giovo (Tn), tel. 0461245533, www.masofranch.it **COMPRARE** • Antica Salumeria Belli, Sopramonte (Tn), tel. 0461866040

Cinema **e gola**

Caccia al ladro (di ricette)

Passioni smodate, ma anche fobie, per il cibo. Piatti che si rivelano elementi decisivi delle sue trame. Ecco il sorprendente lato gourmet di Hitchcock di Luca Malavasi

Per spiegare la sua idea di cinema, Alfred Hitchcock paragonava i film a una fetta di torta: figlio di un fruttivendolo, l'inglese Hitch, è stato senz'altro il più gourmand dei registi, con passioni al limite dell'ossessione. Come quella per le sogliole di Dover che, dopo essersi trasferito negli Stati Uniti nel 1940, si faceva spedire settimanalmente dalla madrepatria. O come quella per l'aragosta, che fa gustare ai protagonisti de *La finestra sul cortile* (1954), innaffiata da Montrachet (il bianco più pregiato del mondo) e cucinata al "21". Una scelta non casuale: il "Club 21" di Manhattan è il locale che il regista preferiva. Proprio qui Hitchcock pranzò per la prima volta con David O. Selznick, il potente produttore che l'aveva chiamato a Hollywood.

Amante della carne, Hitchcock ordinò bistecca e patatine, seguite da gelato alla vaniglia. Dopo il quale, riordinò bistecca e gelato, e poi di nuovo bistecca... A base di carne e patate era anche la sua cena presso il "Chasen's", ristorante di Beverly Hills dove si recava ogni giovedì secondo un rituale sacro. Per il cibo, Hitchcock aveva un rispetto estetico e religioso: "C'è chi mangia per vivere e c'è chi mangia per piacere", ripeteva. "Io mangio per piacere".

> **"E poi ho paura delle uova. Anzi, più che paura, disgusto. Quel coso bianco, tondo, senza buchi, che poi si rompe e dentro c'è un coso giallo, tondo, senza buchi... Brrr! Ha mai visto niente di più orrendo di un tuorlo d'uovo che si rompe e spande il suo liquido giallo?"**

Merito anche della moglie Alma, trasformatasi in cuoca provetta dopo il trasferimento negli Stati Uniti e, forse, educata dal celebre *Mastering the Art of French Cooking* di Julia Child, best seller di ricette francesi adattate ai gusti americani. Hitchcock aveva infatti una predilezione per la cucina francese ("l'unica possibile"), che omaggia in *Caccia al ladro* (1955) con una *quiche lorraine* dalla sfoglia "leggera come l'aria" (foto in alto a destra) e, in modo ironico, in *Frenzy* (1972), facendola scontrare con le abitudini inglesi: quando la moglie dell'ispettore di Scotland Yard porta in tavola zuppa di pesce e quaglie all'uva, l'uomo, abituato alla "sostanza" dei piatti british, reagisce con disgusto. Non c'è un film di Hitchcock che non contenga almeno un fugace riferimento al cibo, a volte quasi comico, come il

Caccia al ladro

L'uomo che sapeva troppo

Psycho

La paura del soufflé

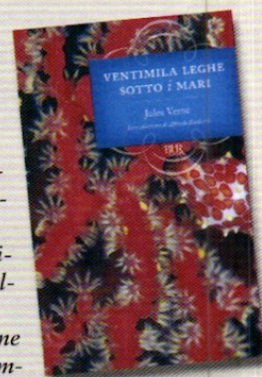
"Detesto la suspense, per questo non permetterei mai a nessuno di fare un soufflé a casa mia. Il mio forno non ha lo sportello trasparente. Si dovrebbe aspettare per quaranta minuti prima di sapere se è riuscito. Ed è più di quanto possa sopportare!". Alfred Hitchcock

tagine che dividono, maldestramente, i protagonisti di *L'uomo che sapeva troppo* (1956), altre volte elemento decisivo delle sue trame gialle, come il sandwich mangiato lentamente da Marion Crane in *Psycho* (1960) sotto lo sguardo dell'assassino (nelle foto sopra).

Così non sorprende scoprire, leggendo la bellissima intervista rilasciata da Hitchcock al collega François Truffaut, che tra i film non fatti ce n'era uno interamente dedicato al cibo: un'antologia che raccontasse il ciclo completo di frutta, carne e verdura dall'arrivo nei mercati al loro smaltimento finale, dopo essere stati cucinati e mangiati. Non un semplice documentario, ma una vera e propria metafora della vita umana e di quello che "le persone fanno alle cose buone". Una trama quasi thriller, in cui bellezza e innocenza devono spesso difendersi dalla morte. In un'altra intervista, a Oriana Fallaci, Hitch rivelava invece la sua fobia per le uova: magistrale la scena della sigaretta spenta nell'uovo in *Caccia al ladro*. E ancora, a un intervistatore che gli chiedeva come avrebbe scelto di essere ucciso, Hitchcock rispose divertito che ci sono molti modi, alcuni piacevoli. Per esempio, mangiare fino a morire.

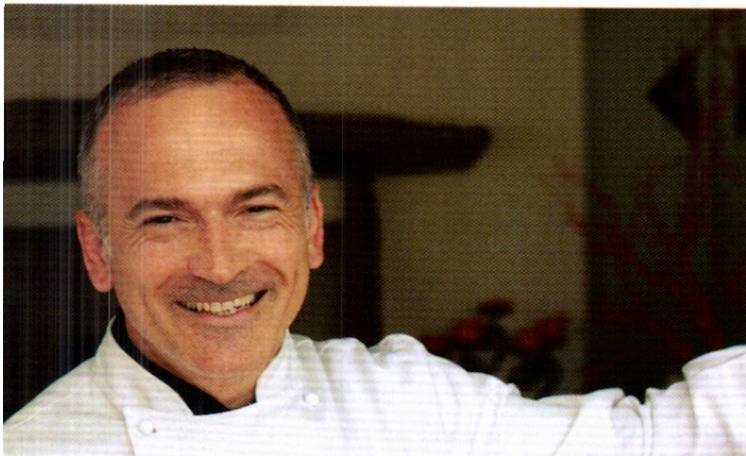
Nemo e il menu degli abissi

A bordo del *Nautilus*, il capitano Nemo, di fronte a una tavola riccamente imbandita, sta illustrando al professorino Aronnax, a dire il vero lievemente perplesso, la meraviglia delle risorse gastronomiche che gli vengono offerte dagli abissi sottomarini. Cibi di mare scambiati per cibi di terra, libri per chiunque sappia leggere scambiati per libri per ragazzi.

"La colazione consisteva in un certo numero di piatti, di cui il mare soltanto aveva fornito il contenuto, e in alcune vivande di cui ignoravo la natura e la provenienza. Confesserò che erano buone, ma d'un gusto speciale, cui mi abituai facilmente. Quei diversi alimenti mi parvero ricchi di fosforo, e pensai che dovevano avere un'origine marina. [...]
- Così, - dissi io, - tutti questi alimenti sono prodotti del mare?
- Sì, signor professore, il mare provvede abbondantemente a tutte le mie necessità. A volte vado a caccia in mezzo all'elemento, che pare inaccessibile all'uomo, e snido la selvaggina che vive nelle foreste sottomarine. Il mio gregge, come quello del vecchio pastore di Nettuno, pascola senza timore le immense praterie dell'Oceano [...].
- Comprendo perfettamente, signore, come le vostre reti forniscano alla vostra tavola dei pesci eccellenti [...] ma non capisco proprio come una particella di carne, per quanto piccola, figuri nella lista delle vostre vivande.
- In realtà non faccio mai uso di carne di animali terrestri -, mi rispose il capitano.
- Questo però... - gli feci notare indicando un piatto in cui rimanevano alcune fette di filetto.
- Quello che lei sta scambiando per carne rossa, professore, altro non è che una lombata di tartaruga marina. Ed ecco qui del fegato di delfino che potrebbe sembrare maiale in umido. Il mio cuoco è particolarmente esperto nella selezione e nella conservazione dei diversi prodotti che offre l'oceano. Assaggi pure quello che desidera, professore. Qui abbiamo della composta di cetriolo di mare che un pescatore malese non esiterebbe a giudicare la migliore del mondo, e qui una crema di latte fornito da mammelle di cetaceo, e zucchero proveniente dalle enormi querce del mare del Nord; e infine mi permetta di offrirle della marmellata di anemone marino, indistinguibile da quella ricavata dai frutti terrestri più dolci.
Fu così che cominciai ad assaggiare qua e là, più per curiosità che per spirito epicureo, mentre il capitano Nemo mi deliziava con i suoi incredibili racconti".

(Jules Verne, *Ventimila leghe sotto i mari*, trad. it. Maria Grazia Schiuzzi, Rizzoli)

Radici/**Elio Sironi**

di Laura Forti

Un garbatissimo ribelle

È nato in Brianza, lo chef Sironi: eppure, a vederlo, sotto la grande vela che copre il terrazzo del suo nuovo ristorante, vicino a Porto Cervo, si direbbe nato nel vento che agita la macchia profumata della Gallura, in Sardegna. E sardo sembra anche il nome del suo locale, "Madai": una parola che ha qualche cosa di ancestrale, nuragico (invece è la trascrizione di un intercalare lombardo). "*Ma dai!* Non sei sardo, allora?". "No! Sono lombardo, è Milano la mia città del cuore, dove ho studiato, vissuto e lavorato" (al "Bulgari", negli ultimi sette anni). "Però qui in Sardegna ho trascorso anni molto importanti, al ristorante del 'Pitrizza'. Ora con il 'Madai' (e l'omonima champagnerie a Porto Cervo) realizzo il sogno di un progetto tutto mio. Una sfida nuova, che mi appassiona". E si vede: si legge tutta la sua storia osservandolo lavorare, assaggiando i suoi piatti. Si percepisce l'importanza che ha per lui la brigata, lanciando lo sguardo oltre il grande vetro della cucina a vista: un valore che, racconta, ha imparato al "Gallia" di Milano dove, giovanissimo, ha lavorato con una squadra eccezionale. E poi, l'amore per le materie prime: un fascino che risale all'infanzia, quando osservava la tata suora che cucinava per lui e i suoi fratelli. E si vede il profondo rispetto, quasi sacrale per il cibo, la più grande lezione appresa nei sei mesi trascorsi in Giappone, a vent'anni. Dalle sue esperienze nelle "stagioni", poi, ha imparato quella dose di ribellione che rende originale la sua cucina: il rifiuto della monotonia, dell'omologazione, della ripetitività di gesti, orari, menu, allestimenti. "Il primo buffet di ferragosto al 'Pitrizza' l'ho allestito con chiodi arrugginiti e legnetti trovati sulle spiagge: audace... ma fu un successo". Ancora oggi è una continua ricerca: i suoi maestri sono "tanti, tanti. Non per forza chef: persone sagge, che hanno da raccontare qualcosa perché lo hanno vissuto". E mangiando al suo ristorante ci si rende conto che davvero Sironi cerca di "alzarsi ogni giorno con occhi nuovi per vedere magari le stesse cose": ne sono una prova i suoi spaghetti. Che non si possono descrivere, solo mangiare.

***Madai**, Liscia di Vacca, Arzachena (OT), tel. 078991056, www.ristorantemadai.it*

Street food/**focaccia**

di Stanislao Porzio

Unta di bontà

La Liguria riserva piaceri numerosi e vari per chi ama il cibo di strada; ma tra farinata, panissa e pesciolini fritti, il vero rito, per i liguri, è la focaccia. Di primo mattino va tuffata nel caffellatte, verso le undici la si accompagna con una "Gianchetta" (bianco Doc della Val Polcevera) o un Vermentino, nel pomeriggio diventa una merenda irresistibile, e non solo per gli adolescenti.

Alla *fügassa*, se si è un poeta come Costanzo Carbone, si dedicano versi dialettali: "*Tutta pinn-a d'ombrisalli / ùmia d'eûiu de Dian, / pe-i scignuri e pe-i camalli...*", ovvero: tutta piena d'ombelichi, umida d'olio di Diano, per i signori e per i camalli.

Neanche Vittorio G. Rossi, navigatore, scrittore e inviato speciale del *Corrierone* e di *Epoca*, da bravo sammargheritese si è sottratto al suo fascino: "La focaccia bisogna mangiarla appena esce dal forno; allora brucia le mani, ha tutto il suo olio vivo e sano e caldo, e bisogna mangiarla camminando lentamente, come se si pensasse alla fondazione del mondo; e non si deve pensare a niente, solo alla focaccia che si sta mangiando. E se si è in vista del mare, è meglio ancora; la focaccia allora si condisce anche di mare".

La sua ricetta è la quintessenza della semplicità: pasta di pane lievitata, stesa piuttosto sottile, picchiettata dalle dita del fornaio, condita con sale e olio, e cotta in forno su una teglia rettangolare di ferro chiamata lama. Il suo profumo, però, secondo la scrittrice Mitì Vigliero Lami, "può far commuovere sino alle lacrime un ligure che viva lontano da casa".

Variante della focaccia classica è quella di Recco: due sfoglie di pasta molto sottile, contenenti un velo di stracchino. Tanto deliziosa, quanto impegnativa: lo sbrodolamento è dietro l'angolo.

PICCIOTTO

*Un indirizzo per tutti: **Friggitoria Carega**, via di Sottoripa 113/R, Genova*

TIPS IMAGES

Abbinamenti **per l'estate**

Spumeggianti compagne di tavola

Con spaghetti al pomodoro e pizza Margherita è ideale una pilsner, con branzino al forno e vitello tonnato invece è meglio lo stile abbazia. Le birre italiane, fresche e leggere, si adattano a meraviglia alla nostra gastronomia

di Giuseppe Vaccarini

È semplice, versatile, simpatica: così la birra ci ha conquistato. Siamo ormai più di 36 milioni in Italia ad amarla e a berla fuori pasto, ma soprattutto a pranzo e a cena. Con un piacere sempre più consapevole e una sensibilità più attenta.

Qualità in ascesa Va di pari passo con questo nuovo corso l'esplosione dei microbirrifici artigianali. Veri laboratori del gusto, stanno diffondendo stili di produzione personalissimi, emancipati dai modelli germanici e anglosassoni, e spesso propongono birre di un sorprendente livello qualitativo. Questo inaspettato fenomeno ha portato a diverse conversioni tra i consumatori di vino: i più sofisticati gourmet stanno scoprendo così quanto sia interessante avere a disposizione un'ampia scelta di birre non solo per il consumo al bar, ma anche per realizzare inediti abbinamenti con il cibo che, in alcuni casi, rasentano la perfezione.

Boccali e libertà Ma, se è vero che la birra conta sempre più appassionati, in generale nel suo consumo a tavola si continua ancora a sceglierne un tipo solo per tutte le portate, e senza nemmeno sapere se sarà quello giusto per il cibo. Vale invece la pena approfondirne la conoscenza, anche perché, non condizionata dalle regole classiche e dalle abitudini che dettano gli abbinamenti cibo/vino, la birra può lasciare un ben più ampio margine alla fantasia.

La grande sete Mentre il caldo fa dimenticare il vino, più che mai il desiderio va alla birra. Per noi italiani quasi sempre chiara e leggera. Ideale da godere anche a tavola: la fragranza dei suoi aromi e sapori, la sua acidità, la vivacità dell'anidride carbonica, la bassa gradazione alcolica vanno a nozze con una cucina estiva più essenziale, semplice e fresca.

Regole di abbinamento Con piatti poco strutturati, via alle birre tipo lager o pilsner: bionde, mai troppo alcoliche, rinfrescanti e piuttosto delicate, tutte vivacissime, sono meravigliose per estinguere la sete e perfette per innaffiare una cena d'agosto. Oppure le beverine, giovani e mai amare birre bianche di frumento, nate proprio per l'estate. Nulla vieta però di puntare anche su qualche ambrata, più corposa e appena più alcolica, per sostenere ricette più sostanziose. Senza mai dimenticare che per un abbinamento riuscito tra birra e cibo nessuno

Birreggiando per l'Italia di Nicola Strelli

La geografia dei microbirrifici italiani è oggi molto articolata, anche nella varietà degli stili birrai. Ecco alcuni esempi di creatività e di gusto.

• PIEMONTE La cooperativa Pausa Café di Torino produce una birra forte e voluttuosa, grazie all'aggiunta di cacao equosolidale. Si chiama "Tosta" e ha un color marrone con riflessi rossi rubino che ricordano i vini invecchiati: avventura papillarmente tropicale (www.pausacafe.org).

• LOMBARDIA Fragranze di cassis nella birra "Cassinona" del Nuovo Birrificio Italiano di Lurago Marinone (Co): festaiola, da dessert, idilliaca con formaggi saporiti e cantucci (www.birrificio.it). Può corrompere l'anima la birra "Seta" del Birrificio Rurale di Certosa di Pavia (Pv): vera blanche, di grano tenero bio, con una leggera speziatura di coriandolo, scorze di arancia dolce e amara, pimpante e briosa (www.birrificiorurale.it).

• TOSCANA a sorprendente "Marruca" del laboratorio Birra Amiata di Montelaterone Arcidosso (Gr) è una birra color giallo carico e dalla schiuma non abbondante, arricchita dall'ambrato miele di marruca (www.birra-amiata.it).

• LAZIO La "Keto Reale" della Birra del Borgo di Borgorose (Ri) prende il nome dal tabacco Kentucky Toscano, che dona alla birra il suo aroma. Note agrumate, sentori pepati e affumicati. Una vera birra "inspirata" (www.birradelborgo.it).

• BASILICATA Dal microbirrificio BR'HANT a Pietragalla (Pz) la "Ninco Nanco": dal colore giallo ramato, è secca e beverina, con sentori fruttati, e porta il nome di un fedelissimo di Crocco, il "generale dei briganti" delle bande del Vulture-Melfese (www.birrificiolucano.it).

dei due dovrà primeggiare: basterà osservare il principio della contrapposizione e della concordanza delle sensazioni.

Dai birrifici italiani Ecco le etichette che abbiamo abbinato con alcuni piatti estivi. **Sahara** (bianca, 4,2% vol.) del Birrificio Torino (www.birrificiotorino.com); dai profumi fruttati, è morbida e molto fresca: con bruschette, pappa al pomodoro, frittata alle erbe, tome vaccine d'alpeggio. **Viaemilia** (pilsner, 4,8% vol.) del Birrificio del Ducato di Roncole Verdi di Busseto, Pr (www.birrificiodelducato.it); dall'intenso bouquet vegetale, è fresca, persistente: con olive all'ascolana, trota, terrina di coniglio. **Oak Pils** (pilsner, 4,8% vol.) del Birrificio Doppio Malto di Erba, Co (www.doppiomalto.it); dai fini e intensi profumi di erba e frutta gialla ed esotica, ha grande equilibrio: con nervetti in insalata, spaghetti al pomodoro, pecorino toscano fresco. **Theresianer Premium Pils** (pilsner, 5% vol.) di Theresianer di Nervesa della Battaglia, Tv (www.theresianer.com); fragrante di mela, ananas, banana, con note fiorite: con la piadina o la pizza Margherita, fritto misto di pesce. **Imperiale Alter** (ale, 6% vol.) della Fabbrica della birra Tenute Collesi di Apecchio, PU (www.collesi.com); dal bouquet vegetale e floreale, è elegante: con tortelli alla ricotta, coniglio arrosto, asiago. **Cascinazza Amber** (abbazia, 6,4% vol.) della Comunità dei Ss. Pietro e Paolo di Buccinasco, Mi (www.birracascinazza.it); dai sentori di lievito, è morbida e vellutata ma fresca: con branzino al forno, vitello tonnato, formaggio grana.

COSÌ È BEN SERVITA!

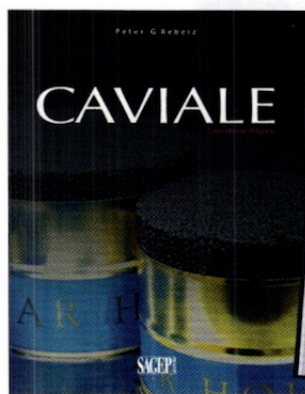
Il bicchiere e la temperatura di servizio sono fondamentali per poter apprezzare al meglio il colore, la schiuma, gli aromi e il sapore della birra. Sorseggiarla invece direttamente dal collo della bottiglia, come se fosse una bevanda analcolica, è contro ogni regola della gastronomia e del gusto.

A OGNUNA IL SUO BICCHIERE...
Perfettamente pulito per non alterare la formazione della schiuma e il sapore della birra, prima dell'uso il bicchiere va sciacquato sotto l'acqua fredda: la temperatura del vetro si abbassa e un velo di acqua ne "livella" la superficie, favorendo la compattezza della schiuma e contenendo l'eccesso del perlage.

• Le birre tipo lager e pilsner, spesso chiare, leggere di struttura e con aromi delicati, vogliono un bicchiere che ricorda una flûte (capacità di 350 ml circa): alto e stretto, assicura la formazione di un bel collaretto di spuma, che riesce a trattenere a lungo; riducendo poi la superficie a contatto con l'aria, frena la dispersione degli aromi.

• Le birre tipo ale, in genere più strutturate e robuste, ricche di aromi e di sapore, hanno bisogno invece di un bicchiere a forma di ballon (capacità di 350 ml circa) per permettere una maggiore concentrazione di profumi nella parte superiore del bicchiere. Inoltre, le ale contengono una grande quantità di anidride carbonica e sviluppano tanta spuma, che renderebbe impossibile versarle in un bicchiere allungato.

• Si usa anche un bicchiere ibrido, a metà tra la flûte e il ballon. È adatto a un buon numero di birre servite fresche, ma dal bouquet piuttosto esuberante, come per esempio le pale ale di origine inglese.

... E LA GIUSTA TEMPERATURA
Nessun tipo di birra va servito troppo freddo, poiché sotto i 6 °C si mascherano gli aromi e i sapori. Non si deve servire però nemmeno oltre i 14-16 °C, poiché diventerebbe pesante e poco rinfrescante. In generale, più una birra è alcolica e corposa, più alta deve essere la temperatura di servizio.

Cibi da leggenda

Irresistibili ovette

Ginevra, 1985. Sta per aprirsi il summit tra Reagan e Gorbaciov. Di corsa viene portato via dalle cucine qualche chilo di caviale iraniano, appena in tempo per evitare un incidente diplomatico, dato l'embargo degli Usa con l'Iran. Appena in tempo viene però intercettato dalla first lady americana, solo un paio di lattine, da gustare in intimità con il marito... Potenti e celebrità di tutti i tempi esaltano la magia paradisiaca del caviale negli aneddoti che scandiscono i capitoli di questo libro che fa sognare con parole e immagini. Per la prima volta i segreti delle uova più esclusive sono raccontati dall'interno con appassionata partecipazione e solida competenza dal presidente di Caviar House & Prunier. Alla vicenda di famiglia l'autore intreccia la storia del caviale, lavorazioni di ieri e di oggi, la politica e il bel mondo. E ci fa conoscere i buoni e i cattivi, che come in un dramma favoloso girano intorno al cibo degli imperatori (portato in tavola da noti chef nelle ricette delle pagine finali). Si legge con curiosità e acquolina: un invito perfetto ad assaggiare i piatti che abbiamo creato nel servizio "Caviale, piccola follia d'estate" (a pag. 87).

*Peter G. Rebeiz, **Caviale**, Sagep Editori, € 40, www.sagep.it*

La scatoletta è nobile!

Macché tremenda cucina da campeggio! Qui il cibo in scatola è sopraffino, scelto e lavorato alla perfezione per offrire il gusto più pieno di verdura, legumi, carni e pesci: ha tutte le carte in regola per diventare protagonista, con poche mosse e tanta fantasia, di piatti golosi e originali, e insieme pratici e a buon mercato. Appetitosa, ironica metamorfosi della solita lattina in 80 ricette.

*Marco Squizzato, **Un rompiscatole in cucina**, Sperling & Kupfer, € 14*

Far golosa la freschezza

Fluido o cremoso, lo yogurt si fa a casa con gran facilità, e può bastare il forno o anche un semplice barattolino ermetico. Il bello e il buono poi arrivano nelle 30 veloci ricette per trasformarlo in inediti snack dolci o salati con frutta e ortaggi, erbe e spezie, tè e cioccolato. Con i consigli per vasetti perfetti. Irresistibilmente benefici.

*Estérelle Payany, **Yogurt**, Guido Tommasi Editore, € 11,50*

Spuma nostrana

Brioso viaggio nei microbirrifici, per vedere come nasce la birra di qualità (vedi a pag. 122) e assaggiare il variegato, libero genio del gusto italiano. Di contorno, varie golosità e amenità locali.

*E. Flangini, I. Bertolaso, L. Grandi, **La via della birra**, Aliberti editore, € 14,50, www.alibertieditore.it*

Pensieri in punta di forchetta

La calura toglie l'appetito? Può tornare leggendo: detti brevi, pensieri veloci e sagaci, sapidi commenti firmati da Boccaccio, Proust, Shakespeare, Murakami, senza dimenticare Casanova e Virginia Wolf. Tutti parlano del piacere del cibo, in un banchetto gastronomico-letterario imbandito con citazioni e ricette, spirito e leggerezza, in 300 stuzzicanti portate dall'antipasto ai cioccolatini. Per allietare mente e papille, anche sotto l'ombrellone.

*Roberta Deiana, **Invito a cena con aforisma**, Il leone verde Edizioni, € 10*

il prezzo delle bottiglie è quello praticato in cantina

Il successo del Nero d'Avola

Siciliano che conquista

Nome affascinante, natali avvolti nel mistero, il Nero d'Avola sta riscuotendo sempre più consensi. Da secoli radicato in Sicilia e nell'omonimo borgo del Siracusano e ora star internazionale, ha cominciato in sordina. Conosciuto come "ingrediente" del Marsala, fu esportato già dalla seconda metà del Settecento e nel secolo successivo sono stati i *négociant* francesi, che lo usavano per tagliare e donare densità ai loro pallidi vini, a notarne per primi le potenzialità. Di colore ricco, è al palato che meglio esprime il calore della sua terra: caratteristica unica del vitigno è infatti la tendenza a ben maturare e creare vini ad alto tasso alcolico, pieni, ricchi e insieme vellutati, dato il basso contenuto di tannini nella buccia. Il risultato è, nei migliori casi, un vino profondo e profumato, ma anche "easy-drinking", per tutti i palati. Il suo successo non va però attribuito allo stile produttivo tipico dei grandi consumi: il Nero d'Avola è la prova che una costante ricerca in vigna e in cantina possono decretare la fortuna di un vino. E molti produttori sanno che queste uve possono dare ancora di più su terreni particolari o affinate in barrique (dove acquista ulteriore profondità e note speziate) oppure in squadra con altri vitigni, magari più "duri", come il cabernet o lo syrah, o ancora nell'inedita veste delle bollicine. **Yoel Abarbanel**

Scelti da noi

SICILIA IGT "ROSA D'AVOLA" Spumante rosé unico ottenuto con metodo Charmat da sole uve nero d'Avola: color rosa antico, colpisce con note di rosa canina e vaniglia. Gusto vellutato, e tanta frutta rossa. In flûte a 8-10 °C, con capesante agli agrumi.
Lanzara, Menfi (Ag), tel. 092575065, € 6, 11,5% vol., www.lanzarawines.com

SICILIA IGT "CONTRADA" 2007
L'eleganza della Sicilia è a Vittoria, dove nasce questo nero d'Avola che trascorre 18 mesi in grandi fusti di rovere e almeno altri 9 in bottiglia: intenso, finissimo, dal fruttato tipico con note vegetali ed eteree di un grande vino rosso. Con formaggi vaccini affinati su paglia. A 18 °C in calici svasati.
Cos, Vittoria (Rg), tel. 0932876145, € 24, 13,5% vol., www.cosvittoria.it

SICILIA IGT "CEMBALI" 2005 Moderno, pieno, vellutato, difficile da non amare: vigne a Noto e 14 mesi di barrique che lo fanno quasi purpureo, con note di erbe secche e marmellata di more. Gusto tipico, molto persistente, anche per l'assenza di filtrazione. Da servire a 18 °C in calici da rosso. Con selvaggina in umido.
Baglio di Pianetto, S. Cristina Gela (Pa), tel. 0918570002, € 16,20, 14% vol., www.bagliodipianetto.com

SICILIA IGT "DUCA ENRICO" 2007
Il primo, più noto Nero d'Avola, in un lunghissimo affinamento acquista note di frutta matura, ma soprattutto spezie, pepe, cacao. Gusto caldo, sempre ruvido e "giovane": uniche le vecchie, grandi annate. Con agnello alle erbe e funghi.
Duca di Salaparuta, Marsala (Tp), tel. 0923781111, € 25, 14% vol., www.duca.it

SICILIA IGT "HARMONIUM" 2008
Esplosivo: aromi di cacao, tabacco e confettura, e gusto pieno, di grande corpo, dalle vene speziate e selvatiche, risultato delle botti piccole sapientemente utilizzate. Da servire a 18 °C in calici da rosso. Con piccione alle ciliegie.
Firriato, Paceco (Tp), tel. 0923882755, € 12,40, 15% vol., www.firriato.it

CUBOIMAGES

Il cocktail? Spritza vivacità!

Semplice sussurrare "spritz" all'ora dell'aperitivo nelle Tre Venezie. Ma ora che questo cocktail ha fatto il balzo nazional-popolare, meglio saperne un poco di più, grazie ad Adriano Fumis, gestore e sommelier del ristorante "Gellius" a Oderzo (Tv). Ed ecco la sua verità: non esiste una ricetta perfetta. In Friuli, che non è terra di spumanti, oltre ad Aperol, ghiaccio, fetta di arancia e selz, si usa un bianco fermo, un secco Friulano o un Sauvignon più aromatico. In Veneto invece si amano le bollicine, Prosecco brut o extra dry. Bizzarra alternativa: vino rosso Negramaro, tipo il novello, più Aperol e selz (o acqua tonica). Niente etichette nobili, solo un buon vino da fusto. L'abbinamento perfetto? Olive, nocciole e macadamia, fritti di verdure, crostini con burro e acciughe. Finger food e lo spritz è servito, ostregheta! **Carlo Spinelli**

di Luigi Caricato

Gli olivi dell'azienda Consoli alle falde dell'Etna

Extravergini dai monti al mare

Tre oli per l'estate

Siete tutti in vacanza? È il momento di andare in cerca di buoni oli tipici e di sostenere i piccoli olivicoltori, indispensabili custodi del paesaggio italiano.

I territori Ovunque voi siate, in tutta la penisola troverete ben 538 varietà di olivo e tanti frantoi nei quali vale la pena di fermarsi per una visita. Noi abbiamo scelto un extravergine in Sicilia, prodotto alle pendici dell'Etna, tra i 400 e i 900 metri sopra il livello del mare. Chi conosce l'olivo, sa bene che si tratta di una vera sfida alla natura, aiutata però dal fatto che a certe altezze la mosca olearia non importuna le olive, con grande vantaggio per la qualità dell'olio. Se siete in Puglia, magari sullo Ionio, a pochi passi da Gallipoli, troverete oli che la bravura degli olivicoltori sa rendere fini ed eleganti, con profumi di erbe mediterranee. E per chi invece ama il lago, oltre agli extravergini del Garda o del lago di Como, ci sono quelli meno noti ma altrettanto delicati del Sebino, nel Bresciano.

Gli abbinamenti consigliati L'olio dell'Etna su verdure e zuppe o carni alla brace; l'olio del Salento con grigliate di pesce e insalate verdi o di mare; quello del Sebino con passati di verdura, carni bianche ai ferri, insalate a foglia tenera.

Scelti da noi

il prezzo delle bottiglie è quello che si pratica in frantoio

DOP MONTE ETNA Da olive nocellara etnea (90%), moresca e ogliarola messinese. Giallo dai riflessi verdolini, al naso rivela note di pomodoro verde e mela; al palato ha buona fluidità e armonia, gusto di carciofo, lieve piccante in chiusura.
Az. agr. Consoli, Adrano (Ct), tel. 0957601517, € 5 (bott. 250 cc), www.olioconsoli.it

LAGHI LOMBARDI - SEBINO DOP "DUE GELSI" Da olive leccino (40%), frantoio, pendolino e altre. Verde dorato, ha toni fruttati leggeri, vegetali; al palato ha buona fluidità, morbidezza e armonia, gusto vegetale di carciofo e, in chiusura, toni mandorlati e lieve piccante.
Az. agr. Due Gelsi, Erbusco (Bs), tel. 0307760162, € 15 (bott. 500 cc)

"CAPSULA NERA" Da olive ogliarola e cellina di Nardò. Giallo oro dai riflessi verdi, al naso ha sentori erbacei e floreali, puliti e freschi. In bocca, amaro e piccante in ottimo equilibrio, gusto di carciofo, note finali di mandorla fresca ed erbe.
Tenuta Francesca Stajano, Alezio (Le), tel. 0833281070, € 8,50 (bott. 500 cc), www.tenutastajano.it

A zonzo tra antichi frantoi

Sono stati la fortuna del Salento per tutto il Seicento e oltre, producendo olio in quantità esorbitante, soprattutto per l'industria laniera e per illuminare città, case e chiese. Ed è anche grazie a proventi dei frantoi che sorsero le meraviglie del Barocco leccese. Da quest'anno la "Casa dell'Olivo" di Leverano propone tre diversi itinerari tra gli antichi frantoi ipogei in molte città: il programma è sul sito www.casadellolivo.it, mentre le prenotazioni vanno inviate a segreteria@casadellolivo.it

Dolci, croccanti e... in ritardo!

Sono le "Ciliegie Tardive" di Sant'Orsola, raccolte a maturazione completa, nelle valli del Trentino, fino alla fine di agosto. Il colore è rosso scuro, la consistenza croccante, la polpa succosa e dolce. Si riconoscono dal picciolo lungo e dalla forma a cuore. E potete mangiarle anche senza lavarle: la coltivazione con la tecnica della lotta integrata, il confezionamento sul luogo di raccolta e gli attenti controlli lungo tutta la filiera garantiscono l'assenza di residui pericolosi.

L'agro in botte

La lenta maturazione nei tini di larice e di rovere di Slavonia è uno dei segreti degli aceti di vino Ponti. Anche di quelli aromatizzati "al limone" e "alle erbe fini".
Il primo è indicato in abbinamento alle carni bianche, alle fragole o ai frutti rossi, il secondo è perfetto con carni rosse grigliate e verdure crude.

Verde, rosso e arancio

Ecco i nuovi nati della linea Piccolini: i sughi "con zucchine e piselli", "con pomodorini e carote" e "con zucca e carote". Sono preparati con il 94% di verdure senza aggiunta di conservanti e coloranti: senza bucce, senza pezzi, cotti in olio di oliva a basse temperature e frullati in crema. Ogni vaso da g 300 contiene 4 porzioni: per 2 adulti e 2 bambini.

Freschezza biodinamica

Senza lattosio, senza glutine e preparato solo con ingredienti biodinamici: succo di mandarino, zucchero grezzo di canna, succo di limone e acqua. Profumato e dissetante, il "Sorbetto di mandarino" Gildo Rachelli Demeter è disponibile nei negozi specializzati in prodotti biologici in confezioni singole da g 100.

Cibo per la pelle

È arrivato il cosmetico integrale. Che come un cibo viene utilizzato interamente dalla pelle perché al 100% senza sostanze sintetiche. La linea "O/GENIAL" di Ruvén è composta da 12 prodotti adatti a ogni momento della giornata. Come la "Blueberry night infusion", una crema a base di polpa di mirtillo fresco, elicriso, olio extravergine di oliva, aloe, calendula e alga laminaria digitata.

Più porosa, più saporita

Fatta solo di semola di grano duro con il 33% di uova fresche, passata attraverso laminatoi esclusivi scolpiti per rendere la superficie della pasta ruvida e porosa come quella fatta a mano e infine essiccata a bassa temperatura (non più di 45 °C) per preservarne aromi e sapore. Ecco perché la pasta della linea all'"Uovo Latini" è saporita anche solo con un filo di olio.

Se la borsetta è enologica

Di plastica trasparente, funziona come un secchiello da ghiaccio: contiene 3 bottiglie da ml 375 di "Glicine" Corvo, 3 cannucce, un cavatappi e un sacchetto di ghiaccio istantaneo per mantenere il vino fresco anche in spiaggia. Si trova in enoteca in due versioni: 2 bottiglie di "Glicine Bianco" e una di "Glicine Rosso" o viceversa.

Reg. Imp. 12930290155
Rea 1599323

CESANAMEDIA S.P.A.
Sede in VIA DEI FONTANILI N.13 - 20100 MILANO (MI) - Capitale sociale 500.000,00 i.v.
Bilancio al 31/12/2010

Stato Patrimoniale attivo		**31/12/2010**	**31/12/2009**
A) Crediti verso soci per versamenti ancora dovuti			
(di cui gia richiamati)			
B) Immobilizzazioni			
Immateriali			
3) Diritti di brevetto industriale e di utilizzo di opere dell'ingegno		44.660	46.343
4) Concessioni, licenze, marchi e diritti simili		363	
5) Avviamento		150.118	167.896
7) Altre		659.201	1.175.754
		854.342	1.389.993
II. Materiali			
2) Impianti e macchinario		98.490	22.447
3) Attrezzature industriali e commerciali		158	293
4) Altri beni		246.483	276.549
		345.131	299.289
III. Finanziarie			
1) Partecipazioni in:			
d) Altre imprese	300		300
		300	300
2) Crediti			
d) Verso altri			
- oltre 12 mesi	110.299		107.046
		110.229	107.046
		110.229	107.046
		110.599	107. 346
Totale immobilizzazioni		**1.310.072**	**1.796.628**
C) Attivo circolante			
II. Crediti			
1) Verso clienti			
- entro 12 mesi	11.343.645		7.743.660
		11.343.645	7.743.660
4-bis) Per crediti tributari			
- entro 12 mesi	15.118		38.640
		15.118	38.640
4-ter) Per imposte anticipate			
- entro 12 mesi	47.211		60.698
		47.211	60.698
5) Verso altri			
- entro 12 mesi	90.531		258.597
		90.531	258.597
		11.496.505	8.101.595
IV. Disponibilità liquide			
1) Depositi bancari e postali		1.198.140	1.054.731
2) Assegni		1.160	
3) Denaro e valori in cassa		42.343	51.182
		1.241.643	1.105.913
Totale attivo circolante		**12.738.148**	**9.207.508**
- vari	786.840		192.537
		786.840	192.537
Totale attivo	**14.835.060**		**11.196.673**

Stato patrimoniale passivo		**31/12/2010**	**31/12/2009**
A) Patrimonio netto			
I. Capitale		500.000	200.000
IV. Riserva legale			40.000
VII. Altre riserve			
Riserva straordinaria o facoltativa	495.394		663.745
Differenza da arrotondamento all'unità di Euro	(1)		
		495.393	663.745
IX. Perdita d'esercizio		(93.015)	(208.351)
Totale patrimonio netto		**902.378**	**695.394**
B) Fondi per rischi e oneri			
1) Fondi di trattamento di quiescenza e obblighi simili		57.000	16.000
2) Fondi per imposte, anche differite		62.658	88.153
Totale fondi per rischi e oneri		**119.658**	**104.153**
C) Trattamento fine rapporto di lavoro subordinato		**60.628**	**322.883**
D) Debiti			
4) Debiti verso banche			
- entro 12 mesi	2.726.450		3.323.599
- oltre 12 mesi	1.532.497		651.192
		4.258.947	3.974.791
7) Debiti verso fornitori			
- entro 12 mesi	7.427.491		5.436.685
	7.427.491		5.436.685
		7.427.491	5.436.685
12) Debiti tributari			
- entro 12 mesi	680.794		90.117
- oltre 12 mesi	333.555		
		1.014.349	90.117
13) Debiti verso istituti di previdenza e di sicurezza sociale			
- entro 12 mesi	140.977		180.911
		140.977	180.911
14) Altri debiti			
- entro 12 mesi	171.331		210.953
		171.331	210.953
Totale debiti		**13.013.095**	**9.893.457**
E) Ratei e risconti			
- aggio sui prestiti			
- vari	439.301		180.786
		439.301	180.786
Totale passivo		**14.835.060**	**11.196.673**

Conti d'ordine		31/12/2010	31/12/2009
2) Impegni assunti dall'impresa		78.596	134.730
Totale conti d'ordine		**78.596**	**134.730**

Conto economico		31/12/2010	31/12/2009
A) Valore della produzione			
1) Ricavi delle vendite e delle prestazioni		25.994.631	19.624.193
5) Altri ricavi e proventi:			
- vari		92.129	117.209
- contributi in conto esercizio			
- contributi in conto capitale (quote esercizio)			
		92.129	117.209
Totale valore della produzione		**26.086.760**	**19.741.402**
B) Costi della produzione			
6) Per materie prime, sussidiarie, di consumo e di merci		50.248	70.940
7) Per servizi		21.355.904	15.870.682
8) Per godimento di beni di terzi		373.582	438.325
9) Per il personale			
a) Salari e stipendi	1.738.569		1.635.088
b) Oneri sociali	475.831		533.362
c) Trattamento di fine rapporto	121.246		128.890
d) Trattamento di quiescenza e simili			
e) Altri costi	2.110		9.525
		2.337.756	2.306.865
10) Ammortamenti e svalutazioni			
a) Ammortamento delle immobilizzazioni immateriali	625.630		636.615
b) Ammortamento delle immobilizzazioni materiali	119.376		118.360
c) Altre svalutazioni delle immobilizzazioni			
d) Svalutazioni dei crediti compresi nell'attivo circolante e delle disponibilità liquide	57.242		39.013
		802.248	793.988
14) Oneri diversi di gestione		195.174	226.518
Totale costi della produzione		**25.114.912**	**19.707.318**
Differenza tra valore e costi di produzione (A-B)		971.848	34.084
C) Proventi e oneri finanziari			
16) Altri proventi finanziari:			
d) proventi diversi dai precedenti:			
- altri	1.898		3.670
		1.898	3.670
		1.898	3.670
17) Interessi e altri oneri finanziari:			
- altri	176.710		195.710
		176.710	195.710
17-bis) Utili e Perdite su cambi		(33.543)	89.017
Totale proventi e oneri finanziari		**(208.355)**	**(103.023)**
E) Proventi e oneri straordinari			
20) Proventi:			
- varie			1.336.362
			1.336.362
21) Oneri:			
- imposte esercizi precedenti			
- varie	457.087		1.336.362
- Differenza da arrotondamento all'unità di Euro	1		
		457.088	1.336.362
Totale delle partite straordinarie		**(457.088)**	
Risultato prima delle imposte (A-B±C±D±E)		**306.405**	**(68.939)**
22) Imposte sul reddito dell'esercizio, correnti, differite e anticipate			
a) Imposte correnti		411.427	83.691
b) Imposte differite		(25.495)	(28.317)
c) Imposte anticipate		13.488	84.039
d) proventi (oneri) da adesione al regime di consolidato fiscale / trasparenza fiscale			
		399.420	139.412
23) Utile (Perdita) dell'esercizio		(93.015)	(208.351)

Presidente del Consiglio di amministrazione
CESANA PAOLO

La Cucina Italiana disponibile per Android

Ricette in tasca

L'applicazione de La Cucina Italiana, dopo il successo riscontrato su iPhone, iPod touch e iPad, è oggi disponibile anche per Android: tutti gli utenti degli smartphone di ultima generazione, quindi, possono scaricare l'applicazione e avere sempre a disposizione una selezione di 500 ricette del nostro database, di cui 50 fotografate passo passo. Possono consultarle scorrendole per portata, stagionalità, tempo di cottura, oppure possono accedere a una ricerca avanzata che incrocia diversi criteri, per trovare proprio la ricetta di cui hanno bisogno. L'applicazione prevede, anche, la compilazione automatica della lista della spesa (che può poi essere modificata), un divertente timer e una funzione che crea menu completi. Una ricetta nuova alla settimana con gli aggiornamenti. *Su Android Market o www.lacucinaitaliana.it*

Scuola estiva

La Scuola de La Cucina Italiana ha ideato una "settimana intensiva" (2-6 agosto) che concentra gli insegnamenti principali dei corsi tenuti durante l'anno: durante le lezioni (10-13 e 14-17), si affrontano tutte le portate, compresi finger food, piatti unici, pane e focacce. Si può partecipare anche a lezioni singole.

www.scuolacucinaitaliana.it

RINGRAZIAMO TUTTE LE AZIENDE CHE HANNO COLLABORATO ALLA REALIZZAZIONE DEI NOSTRI SERVIZI FOTOGRAFICI

AGROITTICA LOMBARDA
tel. 0309686991, www.agroittica.it

ALESSI
tel. 0323868611, www.alessi.it

ARTHUR KRUPP DISTR. SAMBONET PADERNO
tel. 0321879711, www.sambonet.it

ATIPICO DISTR. LA PIACENTINA
tel. 03765833124
www.atipiconline.it

AYNSLEY CHINA DISTR. LUIGI GALLI
tel. 026690853
www.galliluigi.com

BELLORA
tel. 0331616111, www.bellora.it

BITOSSI HOME
tel. 057154511, www.bitossihome.it

BROIL KING DISTR. I SIGNORI DEL BARBECUE
tel. 0516133257
www.isignoridelbarbecue.com

CANTORI
tel. 071730051, www.cantori.it

CENTROTAVOLA
tel. 0236537755
www.centrotavolamilano.it

CIERRE DA J&V STORE
tel. 02205231
www.cierreaccessories.com

COMATEC DISTR. CHS GROUP
tel. 0374340513, www.chsgroup.it

COSE A MODO
coseamodo.blogspot.com

CROFF
tel. 0412398000, www.upim.it

DANCOOK DISTR. I SIGNORI DEL BARBECUE
tel. 0516133257
www.isignoridelbarbecue.com

DONNA WILSON DA LA RINASCENTE
www.larinascente.it

EASY LIFE DESIGN
www.easylifedesign.it

EGO VETRI DELLE VENEZIE
tel. 0456137137
www.vetridellevenezie.it

EKOBO DA LA RINASCENTE
www.larinascente.it

EMU GROUP
tel. 075874021, www.emu.it

ESERCIZI DI STILE
www.esercizidistile.eu

EVA SOLO DISTR. SCHÖNHUBER
tel. 0474571000
www.schoenhuber.com

FOCUS
www.focus-creation.com

GIOVANNA CANEGALLO DA PALOMA
www.palomaprops.com

HEREND DISTR. B. MORONE
tel. 0248012016, www.herend.com

HIMLA
www.himla.se

IITTALA DA LA RINASCENTE
www.iittala.com

IKEA
www.ikea.com

IMAGES D'ORIENT DA J&V STORE
tel. 02205231
www.imagesdorient.net

ITALESSE DA LA RINASCENTE
www.italesse.it

IVV INDUSTRIA VETRARIA VALDARNESE
www.ivvnet.it

JANNELLI & VOLPI
tel. 02205231, www.jannellievolpi.it

JIA INC. DISTR. MESSULAM
tel. 02283851, www.messulam.it

KEEN BLADES DISTR. KÜNZI
www.kunzi.it

KITCHEN AID
www.kitchenaid.it

KLEVERING DA NELLA LONGARI
tel. 02782066, www.nellalongari.com

KÜNZI
www.kunzi.it

LABORATORIO PESARO
tel. 0721481188
www.laboratoriopesaro.com

LA RINASCENTE
www.larinascente.it

LINUM DISTR. CONCETTI E DESIGN
www.concettiedesign.com

MAXWELL & WILLIAMS DISTR. CRISTALLERIE LIVELLARA
tel. 0239322741, www.livellara.com

MEPRA
tel. 0308921441, www.mepra.it

MONETA DISTR. ALLUFLON
tel. 07219801, www.moneta.it

NELLA LONGARI
tel. 02782066, www.nellalongari.com

NIDERVILLER DA NELLA LONGARI
tel. 02782066, www.nellalongari.com

OPINEL
www.opinel.com

PIRAL
www.piral.it

PORDAMSA DISTR. PDA DESIGN
tel. 0289694327, www.pdadesign.it

REISENTHEL DISTR. GIFT COMPANY
tel. 051531893, www.reisenthel.com

RICHARD GINORI 1735
tel. 055420491
www.richardginori1735.com

ROBERTA POGGI POLLINI
tel. 3358187317

ROSENDAHL
www.rosendahl.com

ROSSANA ORLANDI
tel. 024674471, www.rossanaorlandi.com

ROYAL COPENHAGEN DISTR. MESSULAM
tel. 02283851, www.messulam.it

RUBELLI
tel. 0412584411, www.rubelli.com

SABRE DA NELLA LONGARI
tel. 02782066, www.nellalongari.com

SAGAFORM DISTR. SCHÖNHUBER
tel. 0474571000, www.schoenhuber.com

SAMBONET
tel. 0321879711, www.sambonet.it

SIGG
www.sigg.com

SKITSCH
tel. 0236633065, www.skitsch.it

SMARTECH
www.smartechitalia.com

SMEG
www.smeg.it

SOCIETY BY LIMONTA
tel. 0272080453, www.societylimonta.com

STEEL
www.steel-cucine.com

VARIOPINTE
www.variopinte.com

VILLEROY & BOCH
tel. 026558491
www.villeroy-boch.com

WALL & DECÒ
www.wallanddeco.com

WEBER
tel. 0444360590
www.barbecueweber.it

WILDLIFE GARDEN DA I GIARDINI DI VIA SAN MAURILIO
tel. 0280583154
www.giardinidiviasanmaurilio.it

LA CUCINA ITALIANA

Proprietà letteraria e artistica riservata ©2011 by Editrice Quadratum S.p.A.
P.zza Aspromonte 13 - 20131 Milano
Direzione e Redazione: tel. 02/70642.1 - Fax 02/70638544
E-mail: cucina@quadratum.it; website: www.lacucinaitaliana.it

ABBONAMENTI

CANONI DI ABBONAMENTO

ITALIA: **€ 37,00 (+ € 1,90 come contributo per spese di spedizione) annuale**
ESTERO: **via superficie € 88,00 annuale**
via aerea € 130,00 annuale

MODALITÀ DI ABBONAMENTO
Tramite Internet all'indirizzo: www.abbonamenti.it, via fax allo 030/3198202. Il pagamento può essere effettuato con c/c postale n. 77003101 intestato a: Press-Di Distribuzione Stampa e Multimedia Srl Abbonamenti, con carte di credito American Express, CartaSi, Diners, Visa

SERVIZIO INFORMAZIONI E SEGRETERIA ABBONATI

Da lunedì a venerdì dalle 8.30 alle 18.00, tel. 02/66814363 (per Milano e provincia), 199111999 (per il resto d'Italia); fax 030/3198202, e-mail: abbonamenti@mondadori.it
Titolare trattamento dati D. Lgs. 196/2003: Editrice Quadratum S.p.A. P.zza Aspromonte 13, 20131 Milano.
Responsabile trattamento dati abbonamenti: Press-Di Srl Ufficio privacy, Via Cassanese 224, 20090 Segrate (Milano)

SERVIZIO ARRETRATI E CUSTODIE

Per informazioni: tel. 02/70642280; e-mail: arretrati@quadratum.it
Copia arretrata € 12 incluse le spese di spedizione; custodia per 12 numeri € 14,90 incluse le spese di spedizione.

Concessionaria esclusiva di pubblicità:
Il Sole 24 ORE S.p.A. - System
Direttore Generale Gianni Vallardi
Direzione e Amministrazione
Via Monte Rosa 91, 20149 Milano
Tel. 02 3022.1/.3837/.3807, Fax 02 3022.3214,
e-mail: direzionegeneralesystem@ilsole24ore.com

Filiali
Milano e Lombardia: 20016 Pero (Milano), Via Pisacane 1, Tel. 02 3022.3842/.3859, Fax 02 3022.3951, filiale.milanoelombardia@ilsole24ore.com
Emilia-Romagna e Marche: 40126 Bologna, Via Goito 13, Tel. 051 6575.1/962/963, Fax 051 239717 filiale.bologna@ilsole24ore.com
Nord-Ovest: 10129 Torino, C.so Galileo Ferraris 108, Tel. 011 5139811, Fax 011 593846, filiale.torinoenordovest@ilsole24ore.com
Triveneto: 35137 Padova, Gall. Borromeo 4, Tel. 049 655288, Fax 049 655612, filiale.triveneto@ilsole24ore.com
Centro: 00185 Roma, P.zza dell'Indipendenza 23 B/C, Tel. 06 3022.6100, Fax 06 6786715, filiale.centro@ilsole24ore.com
Sud: 00185 Roma, P.zza dell'Indipendenza 23 B/C, Tel. 06 3022.6110, Fax 06 3022.6162, filiale.sud@ilsole24ore.com
Estero: 20016 Pero (Milano), Via Pisacane 1, Tel. 02 3022.3809/.3527, Fax 02 3022.3619, internationaladvertisingdivision@ilsole24ore.com.

Uffici
Genova: 16121 Via Fieschi 3/15, Tel. 010 586263/5531905, Fax 010 581478, filiale.torinoenordovest@ilsole24ore.com
Firenze: 50122 P.zza dei Peruzzi 4, Tel. 055 238521, Fax 055 2396232, filiale.torinoenordovest@ilsole24ore.com
Napoli: 80138 C.so Umberto I 7, Tel. 081 5471111, Fax 081 5529711, filiale.sud@ilsole24ore.com

Fotolito: Lito Scan Bencetti, Via Gallarate 116, Milano. **Stampa:** Rotolito Lombarda, Cernusco sul Naviglio. **Distribuzione per l'Italia:** Messaggerie Periodici S.p.A., Via G. Carcano 32, 20141 Milano. **Distribuzione estero:** Sole Agent for Distribution Abroad A.I.E - Agenzia Italiana di Esportazione S.p.A, Via Manzoni 12, 20089 Rozzano (Milano), Tel. 02 5753911, Fax 02 57512606, www.aie-mag.com. Registrazione del Tribunale di Milano n. 2380 del 15-6-1951.
Testi e fotografie, anche se non pubblicati, non si restituiscono.